

## **СОДЕРЖАНИЕ**

<b>ВВЕДЕНИЕ.....</b>	<b>3</b>
<b>Глава I. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ</b>	
<b>ИССЛЕДОВАНИЯ ФЕНОМЕНА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО НАСИЛИЯ В</b>	
<b>СУПРУЖЕСКИХ ОТНОШЕНИЯХ.....</b>	<b>10</b>
1.1. Феноменологический анализ психологического насилия.....	10
1.2. Психологическое насилие в супружеских отношениях.....	26
1.3. Профилактика психологического насилия в супружеских отношениях.....	41
<b>Глава II. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФЕНОМЕНА</b>	
<b>ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО НАСИЛИЯ В СУПРУЖЕСКИХ</b>	
<b>ОТНОШЕНИЯХ.....</b>	<b>55</b>
2.1. Организация и методы исследования феномена психологического	
насилия в супружеской диаде.....	55
2.2. Анализ первичных результатов исследования феномена	
психологического насилия в супружеских отношениях.....	66
<b>ГЛАВА III. РАЗРАБОТКА И АПРОБАЦИЯ ПРОГРАММЫ ПО</b>	
<b>ПРОФИЛАКТИКЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО НАСИЛИЯ В</b>	
<b>СУПРУЖЕСКИХ ОТНОШЕНИЯХ.....</b>	<b>90</b>
3.1. Организационно-содержательные характеристики программы по	
профилактике психологического насилия в супружеских отношениях.....	90
3.2. Результаты апробации программы по профилактике психологического	
насилия в супружеских отношениях.....	105
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....</b>	<b>129</b>
<b>СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....</b>	<b>132</b>
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 1.....</b>	<b>143</b>
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 2.....</b>	<b>256</b>

## **ВВЕДЕНИЕ**

Современная российская семья под воздействием сложно переплетающихся экономических, политических и социальных процессов,

связанных с модернизацией российского общества претерпевает трансформацию, заключающуюся в перестройке традиционных семейных отношений и их переходе к эгалитарной модели организации внутрисемейных отношений.

Институт семьи находится в условиях социально-семейного кризиса, заключающегося в значительном изменении брачно-семейной идеологии, взглядов мужчин и женщин на семейную жизнь, распределение ролей в семье, супружескую верность, характер отношений между поколениями. В такой ситуации не каждая из семей справляется со всеми трудностями, требующими мобилизации, адаптации к тем или иным социальным изменениям. В результате чего растет общее эмоциональное напряжение, уровень агрессии, неудовлетворенность, учащаются ссоры, конфликты, зачастую это приводит к появлению насилия в семье.

Особую тревогу вызывает проблема психологического насилия в семье, так как является одной из наименее изученных и наиболее тяжелых форм межличностного насилия между членами одной семьи или людьми, состоящими в иных интимных отношениях (супружеские пары), а так же является исходной формой насилия, на основе которого возникают физическое и сексуальное насилие.

Последствиями деструктивного психологического взаимодействия в супружеской паре становятся страх, подозрительность, эмоциональная и физическая отчуждённость, нарушение коммуникации, приводит к ослаблению семейного воспитания, формируется всеобщая семейная угнетённая атмосфера [48]. В результате такой тип взаимоотношений отражается и на взаимодействии с ребенком. Так, например, Cooney считает, что неудовлетворенная отношениями с мужем женщина с высокой степенью вероятности не сможет проявить нежность и установить близость со своим ребенком.

Lynch считает, что ревнивые отцы могут воспринимать ребенка как соперника, вследствие чего они склонны эмоционально отвергать его и

вступать в борьбу за любовь и привязанность матери, вместо того чтобы поддерживать и помогать ребенку.

Длительное воздействие неблагоприятной семейной обстановки вызывает тяжелые психологические травмы, пагубно сказывается на всех членах семьи, в том числе и детях, не только когда они являются объектами насилия, но и его свидетелями, что приводит к формированию личностных деформаций и последующих отклонений в поведении. Взаимоотношения между родителями являются для детей наглядным примером, который является основой сценария и базовых принципов организации внутрисемейной жизни. Складывается определенный образ жизни, для которого насилие становится нормой поведения.

Вследствие этого становится необходимым рассмотрение психологического насилия в семье, как явления высокой степени сложности, детерминированного совокупностью внешних (социокультурных), внутрисемейных и субъективных факторов.

Таким образом, актуальность исследования обусловлена:

Научно-практической потребностью в более глубоком понимании феномена психологического насилия.

Необходимостью научного осмысления феномена психологического насилия в супружеских отношениях: видов, распространенности, факторов риска и т. д.

Отсутствием адекватной системы мер профилактики насилия в супружеских отношениях, так как меры борьбы с психологическим насилием законодательно не регулируются, а, следовательно, решение проблемы психологического насилия в семье доступно только психологическими средствами.

Потребностью в повышении информированности супружеских пар о насилии в супружеских отношениях, с целью предотвратить не только серьезные последствия психологического насилия, но и сфокусировать внимание супружеских пар на собственной семейной обстановке.

Практической потребностью разработки специальных мер ранней профилактики психологического насилия, направленной на формирование активного, адаптивного, высокофункционального жизненного стиля, который обеспечивает реализацию прав, удовлетворение потребностей и интересов и формирование психологической установки на гармоничные семейные отношения.

Проблема исследования обусловлена наличием сложившегося противоречия между широким распространением различных форм психологического насилия в семье и отсутствием работ, направленных на разработку профилактических мероприятий по его предупреждению на основании «включения» внутренних ресурсов саморазвития и самоизменения всех участников ситуации семейного насилия.

В отечественной и зарубежной литературе представлены работы, посвященные анализу отдельных аспектов проблемы насилия, что свидетельствует о том, что проблема изучения психологического насилия в семье находится в фокусе внимания психологов.

Анализ литературы показывает, что исследование феномена психологического насилия в семье ведется по следующим направлениям: в ряде исследований данный феномен рассматривается через призму влияния социальных факторов и трактуется как перенос напряженности в обществе на функционирование семейной системы (С. В. Ардашева, Н. О. Зиновьева, Т. Я. Сафонова и др.); анализ насилия в контексте власти (М. Вебер, Р. Далем, Н. Луман, М. Киммель, Ч. Миллс, С. М. Попова, Э. Тоффлер); психологическое насилие как следствие сложившихся в обществе гендерных стереотипов, подкрепляющих доминирование мужчины над женщиной (Straits, S. Byrne, M. Palud, Е.А. Здравомыслова, А.А. Темкина, И. С. Клёцина); трактовка психологического насилия в контексте агрессивного поведения в природной и социальной среде (А. Басс, Л. Уолкер, Л. Берковиц, Р. Мэй, К. Лоренц, Ю. А. Антонян, И. А. Ильин, Ю. П. Емельянова); Психологическое насилие - как результат переноса деструктивного воспитания, взаимоотношений в

родительской семье в собственную (Е. Miller, М.П. Писклакова, А.С. Синельников, А.Е. Потапова). Супружеское насилие - как результат рассогласованности женских и мужских ролей в частной жизни семьи (С. Файерстоун, Т. Парсонс, К. Дельфи, К. Миллет, Л. Косыгина, А. Г. Волков). Анализ феномена женского супружеского насилия (Д. Арчер, Н. Рэй, И. Эрис, П. Джонсон, Дж. Уайт, Е. А. Брайцева, А. В. Лысова, Д. А. Шестакова).

Несмотря на всю важность и актуальность проблематики насилия, до сих пор не существует единого видения данной области в психологии, нет единой теоретической и исследовательской парадигмы, не сложился полноценный терминологический и концептуальный аппарат.

Теоретико–методологическая база:

- труды отечественных и зарубежных исследователей, в которых раскрывается сущность, причины и негативные последствия феномена психологического насилия (Straus, L. Waller, E. Miller, M. Palud, M. Kimmel, Д. Я. Дмитриевой, И. А. Фурманова, Е. П. Ильина, Е. Н. Волкова, Е. А. Брайцевой);
- концептуальные исследования, реализующие системный подход к изучению личности и деятельности (Б. Г. Ананьева, Л. Г. Асмолова, Л. С. Выготского, А. Н. Леонтьева, Б. Ф. Ломова, С. Л. Рубинштейна, В. Д. Шадрикова);
- положения концепции человека как активного субъекта в жизнедеятельности (С. Л. Рубинштейна, К. А. Абульханова-Славской, А. Л. Бодалева, АБ. Брушлинской, В. Л. Зинченко, Н. Н. Васягиной);
- принцип детерминизма (Л.С. Выготского, С. Л. Рубинштейна, А. Н. Леонтьева, Б.Г. Ананьева, Б.Ф. Ломова).

**Цель** данной работы заключается в теоретико-методологическом обосновании, разработка и апробация программы профилактики психологического насилия в супружеских отношениях.

**Объект исследования:** феномен психологического насилия в супружеских отношениях.

**Предмет исследования:** профилактика психологического насилия в супружеских отношениях.

**Гипотеза:** программа профилактики психологического насилия в супружеских отношениях будет эффективна при условиях:

1. раннего выявления признаков психологического насилия в супружеских отношениях;
2. реализации расширенного комплекса мероприятий направленных на формирование активного, адаптивного, высокофункционального жизненного стиля, который обеспечивает реализацию прав, удовлетворение потребностей и интересов;
3. обеспечения направленности работы с обоими партнерами, с целью проработки конкретных поведенческих шагов, направленных на изменение ситуации построения межличностных отношений супругов.

**Задачи:**

1. На основе теоретического анализа, определить основные теоретические подходы по изучению психологического насилия в зарубежной и отечественной психологии, раскрыть сущность понятия психологического насилия и особенности его проявления в супружеских отношениях;
2. провести эмпирическое исследование распространенности психологического насилия в супружеских отношениях;
3. на основании теоретических и эмпирических данных разработать и апробировать программу ранней профилактики психологического насилия в супружеских отношениях;
4. определить эффективность программы ранней профилактики психологического насилия в супружеских отношениях.

Для решения поставленных задач и проверки гипотезы использовались следующие методы:

1. обзорно-аналитические и теоретические (анализ, синтез, сравнение, обобщение, дедукция, индукция, моделирование, систематизация психологических сведений по теме исследования);
2. психологические, психодиагностические (шкала социальной репрезентации психологического насилия в супружеских отношениях Д. Р.

Фоллингстада, Д. Д. Дихарта; шкала оценки психологического насилия в супружеских отношениях; опросник агрессивности А. Басса - А. Дарки; методика выявления характера взаимодействия супругов в конфликтной ситуации Ю. А. Алешиной, Л. Я. Гозмана, Е. М. Дубовской; методика коммуникативной установки В. В. Бойко; опросник самоотношения В. В. Столина, С. Р. Пантелеева; цветовой тест отношений. А. М. Эткинда);

3. математическо-статистические методы (U-критерий Манна - Уитни, T-критерий Вилкоксона).

**Теоретическая значимость** состоит в том, что нами были проанализированы и систематизированы научные данные, касающиеся видов, форм, причин и последствий психологического насилия в супружеских отношениях, а так же особенности профилактики психологического насилия. Кроме того, было сформулировано определение феномена психологического насилия, являющегося теоретическим основанием для эмпирического исследования личности супругов, взаимодействие, которых строится на основе принуждения. Полученные теоретические данные служили ориентиром для создания психологической программы по профилактике психологического насилия.

#### **Практическая значимость.**

Полученные в исследовании эмпирические данные способствуют расширению представлений о феномене психологического насилия в супружеских отношениях.

Впервые разработан комплекс мероприятий по профилактике психологического насилия в супружеских отношениях, включающий совместную работу с супружескими парами.

Практическая значимость заключается в возможности применения результатов исследовательской работы центрами психологической помощи населению в области семейного психологического консультирования, просвещения с целью повышения меры ответственности супругов в сфере супружеских взаимоотношений.

Материалы исследования могут быть использованы в курсе лекций подготовки специалистов разного профиля (социальных педагогов, психологов и др.) в работе в сфере супружеских взаимоотношений.

Структура диссертации. Работа состоит из введения, трех глав, заключения, содержит библиографию из 120 наименований, 2 приложений. Объем работы составляет 258 страниц. В работе результаты исследования отражены на 4 гистограммах и в 33 таблицах.

## **Глава I. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ФЕНОМЕНА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО НАСИЛИЯ В СУПРУЖЕСКИХ ОТНОШЕНИЯХ**

### **1.1. Феноменологический анализ психологического насилия.**

Одной из острейших проблем в условиях трансформации современного общества под воздействием социально-экономических факторов становится проблема психологического насилия, которая привлекает все большее внимание исследователей в силу тяжелых его последствий для личности и



негативного влияния на здоровье человека в целом [50]. Нарушения, возникающие вследствие перенесенного психологического насилия, затрагивают все уровни развития личности, его эмоциональную и когнитивную сферы, а также поведение.

Насилие, по определению Всемирной Организации Здравоохранения – преднамеренное применение физической силы или власти, действительное или в виде угрозы, направленное против себя, против иного лица, группы лиц или общины, результатом, которого являются (либо имеется высокая степень вероятности этого) телесные повреждения, смерть, психологическая травма, отклонения в развитии или различного рода ущерб. Всемирная Организация Здравоохранения. Насилие и его влияние на здоровье. Доклад о ситуации в мире, 2002.

По мнению ряда отечественных и зарубежных ученых (D.Matsumoto, П. Дейл, С. Харт, М. Брассард, В.В. Дерябина, Н.О. Зиновьева, А. Б. Орлова) психологическое насилие является «почвой» и «ядром» насилия, его исходной формой, на основе которой возникают физическое и сексуальное насилие [67].

С точки зрения В. В. Солодниковой, психологическое насилие - это насилие, заключающееся в воздействии на психику человека путем запугивания, угроз, с тем чтобы сломить волю потерпевшего к сопротивлению, к отстаиванию своих прав и интересов [88]. Е. П. Ильин под психологическим (эмоциональное) насилием понимает – периодическое длительное или постоянное психическое воздействие на человека, вызывающее психическую травму или приводящее к формированию у него патологических свойств характера или же тормозящее развитие личности [36].

Е.Н. Волков трактует психологическое насилие как социально-психологическое воздействие, принуждающее другого человека к поступкам или поведению, которые не входили в его намерения; нарушающее индивидуальные границы личности, осуществляемое без информированного

согласия и без обеспечения социальной и психологической безопасности индивида, а также всех его законных прав; приводящее к социальному, психологическому, физическому или материальному вреду (ущербу) [22].

По мнению А. Б. Орлова, психологическое (поведенческое, интеллектуальное, эмоциональное и проч.) насилие — преднамеренное манипулирование объектом, игнорирование его субъектных характеристик (свободы, достоинства, прав и т.п.), либо разрушающее отношения привязанности, либо, напротив, фиксирующее эти отношения и приводящее к различным деформациям и нарушениям психического (поведенческого, интеллектуального, эмоционального, волевого, коммуникативного, личностного) развития [67].

Таким образом, под психологическим насилием мы будем понимать повторяющееся во времени, преднамеренное психологическое воздействие на структурные составляющие личности оппонента, в основе которого заложено принудительное действие, осуществляющееся через деструктивные формы влияния и влекущее к возникновению психологической травматизации.

В результате, несмотря на различный характер и сложность интерпретации феномена психологического насилия, четко прослеживается общая тенденция возрастания интереса к данной проблеме [91].

Понимание границ данного феномена позволит нам отличать насильственные акты поведения от ненасильственных, или, по крайней мере, наложить некоторые концептуальные рамки к пониманию феномена психологического насилия [51].

При анализе психологического насилия важно избегать ошибочных суждений, дифференцируя понятие «конфликт» и «ситуация насилия» [47].

Одна из главных особенностей насилия состоит в том, что оно представляет собой повторяющиеся во времени инциденты (паттерн). Наличие паттерна — важный индикатор отличия насилия от просто конфликтной ситуации. Конфликт, в свою очередь, имеет локальный изолированный характер, в то время как насилие имеет системную основу и

состоит из следующих друг за другом инцидентов. Конфликт обычно имеет в своей основе некую конкретную проблему, которую можно разрешить. В «хронической» ситуации насилия один человек постоянно контролирует или пытается контролировать и управлять поведением и чувствами другого, в результате чего «жертва» может получить физический, психологический и социальный ущерб. Ссоры и конфликты действительно могут присутствовать во многих взаимоотношениях, но насилие не является конфликтом. Конфликт подразумевает равное положение противоборствующих сторон, которые не согласны в чем-то и имеют право высказывать свое мнение. В ситуации насилия один человек стремится полностью контролировать другого, перекладывая ответственность за насильственные действия на свою жертву (ее провокационное поведение) [14].

Кроме термина «психологическое насилие» в научной литературе можно встретить близкое по смыслу понятие, как «психологическая агрессия».

Под психологической агрессией мы будем понимать социально-психологическое воздействие, нацеленное на оскорбление, запугивание, формирование зависимости, эксплуатацию или причинение вреда (ущерба) другому человеку, не желающему подобного обращения или неинформированному об основных последствиях такового [22].

Таким образом, можно говорить о том, что психологическая агрессия выступает инструментом психологического насилия.

Иногда выделяется эмоциональное воздействие как разновидность психического насилия.

Эмоциональное воздействие может выражаться в следующем:

- в эмоциональном подавлении жертвы, когда агрессор заставляет ее чувствовать себя неполноценной;
- заставляет думать, будто бы жертва сошла с ума;
- перестает с ней общаться и обращать на нее внимание;

- в использовании «тактики запугивания», когда мужчина заставляет женщину бояться его с помощью взглядов, действий, жестов;
- когда жертва боится смены настроения агрессора, его реакции; агрессор угрожает бросить жертву; угрожает попыткой самоубийства; угрожает забрать или изолировать детей и т.д.

Кроме того, существует необходимость в построении терминологии психологического насилия, которая была предпринята А. Б. Орловым. Им был выделен спектр психологического насилия, в который входят:

- активный аспект психологического насилия - психологические воздействия (угрозы, унижения, оскорбления, чрезмерные требования, чрезмерная критика, ложь, изоляция, запреты на поведение и переживание, негативное оценивание, фрустрация основных нужд и потребностей и т.п.);
- пассивный аспект психологического насилия – психологические эффекты (утрата доверия к себе и миру, диффузная самоидентичность, полезависимый когнитивный стиль, внешний локус контроля, беспокойство, тревожность, нарушения сна и аппетита, депрессия, агрессивность, уступчивость, угодливость, коммуникативная некомпетентность, низкая самооценка, склонность к уединению, суицидальные наклонности, задержки физического и психического развития, личностная психопатология различной этиологии – наркотические зависимости, булимия, анорексия, нарциссические, мазохистские, множественные, пограничные и прочие личностные расстройства, амбулаторная шизофрения, соматические и психосоматические заболевания – язва желудка, аллергии, избыточный вес, нервные тики и т.п.; опыт психологического насилия в семье в некоторых случаях приводит к ранней интериоризации паттерна отношений «насилыник – жертва», к его фиксации на физиологическом уровне с последующей трансформацией ряда базовых потребностей, оформляющейся впоследствии в таких экзакзитарных психических и поведенческих расстройствах как садомазохизм и серийные убийства (А.Стевенс, Й.Прайс, А.Миллер и др.);

в) интерактивный аспект психологического насилия - психологические взаимодействия (доминантность, аффективность, непредсказуемость, непоследовательность, неадекватность, непринятие со стороны насильников и субординированность, бесчувственность, ригидность, безответственность, неуверенность, беспомощность, самоуничижение со стороны жертв насилия) [67].

По мнению Е. П. Ильина, необходимо различать акт внешнего воздействия и восприятие этого воздействия как насилия. Воздействие, со стороны кажущееся как психологическое насилие, может не восприниматься человеком-объектом воздействия как таковое. Все зависит от субъективного восприятия психологических воздействий на себя. Если они идут против его желаний сохранять свою моральную целостность, и тем более имеют намерение унизить его, то он расценивает эти воздействия как насилие.

Основным критерием психологического насилия следует считать наличие при воздействии на кого-то принуждения. Ни плохое отношение, ни причинение вреда не являются безусловными признаками насилия, так как, во-первых, не всегда сопровождают принуждение и, во-вторых, не всегда расцениваются объектом воздействия как насилие (например, случаи проявления мазохизма). Также и взаимный обмен оскорблениями во время ссоры может рассматриваться в рамках абьюза (плохого отношения друг к другу). Ведь этот обмен легко прекратить, удалившись от партнера по общению. А вот то, что человек вынужден против своего желания выслушивать оскорбления, не имея возможности ответить на них или прекратить их, следует рассматривать как психологическое насилие. Характер психологический насилия подчеркивается и тем, что человек сам решает, является ли воздействие на него насилием или нет [36].

Значимым для прогноза роста будущего напряжения, ссор и насилия является желание принимать или отвергать влияние поведения и эмоций супруга/супруги на собственные поступки и психическое состояние.

Обратимся к публикациям отечественного автора Е.В. Сидоренко. Ею были составлены классификации видов влияния и видов психологического противостояния влиянию.

По мнению Сидоренко, психологически конструктивное влияние должно отвечать трем критериям:

- 1) не быть разрушительным для личностей, вступающих во взаимодействие;
- 2) быть психологически корректным, т.е. важен учет психологических особенностей партнера и текущей ситуации, использование «уместных и адекватных» психологических приемов воздействия;
- 3) удовлетворять потребности обеих сторон.

Е.В. Сидоренко выделяют деструктивные формы воздействия, которые отражают методы борьбы, направленные на достижение безоговорочной «победы» над партнером.

- Принуждение выражается в наложении не подлежащих обсуждению запретов и ограничений, а так же в отслеживании, запугивании возможными негативными последствиями, в угрозе наказанием, а в наиболее грубых формах – физической расправой.

- Деструктивная критика подразумевает высказывание пренебрежительных или оскорбительных суждений о личности человека (например, высмеивание того, что критикуемый не в состоянии изменить: внешности, социального или национального происхождения, сексуального здоровья и др.) и/или грубое, агрессивное осуждение его дел и поступков. К деструктивной критике относится также высказывание дополнительных критических замечаний адресату, который находится в состоянии душевной подавленности от жизненной неудачи (по принципу «А я еще добавлю для пущей пользы!»).

- Игнорирование представляет собой умышленное невнимание, рассеянность по отношению к партнеру, его высказываниям и действиям. Чаще всего воспринимается как признак пренебрежения и неуважения,

например, «игра в молчанку» с супругом из-за отсутствия денег по причине задержки его заработной платы («Ничего у тебя вечно не получается, даже денег заработать не можешь!») [16].

• Манипуляция является опасным процессом, в результате воздействия которого всегда есть пострадавшая сторона. Манипуляция – вид психологического воздействия, искусное исполнение которого ведет к скрытому возбуждению у другого человека намерений, не совпадающих с его актуально существующими желаниями [32].

Отличительными для манипулятивного воздействия являются следующие три признака:

Во-первых, это стремление овладеть волей партнера. Манипулятор всегда будет стремиться поставить человека в зависимое положение.

Второй признак, отличающий манипулятора – это обман и лицемерие в поведении. У человека возникает стойкое ощущение, что его партнер что-то не договаривает, вызывает настороженность смущающее заискивание и выраженное стремление угодить.

Третье отличие манипулятора обнаруживается в его суждениях, где будет звучать призыв к не к объединению, а к отъединению. Например, к таким приемам прибегают женщины, использующие психологическое воздействие на своих партнеров, с целью заставить их прикладывать максимум усилий для продвижения по карьерной лестнице, в то время как для мужчин эта цель может и не являться значимой [44].

Основными характеристиками манипулирования являются следующие:

- поддразнивающие и подзадоривающие высказывания вроде: «Не знал, что ты так легко поддаешься чужому влиянию!», «Тебе этого никогда не добиться!»;
- обман, введение в заблуждение;
- замаскированные под малозначительные и случайные высказывания оговор и клевета, которые могут быть приняты за таковые якобы лишь по

недоразумению (например, оговор женой мужа перед соседями, коллегами по работе, общими друзьями.);

- преувеличенная демонстрация своей слабости, неопытности, неосведомленности для того, чтобы побудить адресата помочь;

- «невинный» шантаж (намек на ошибки в прошлом, упоминание «старых грехов», личных тайн адресата).

Авторитарные и манипулятивные методы воздействия являются психологическим насилием, так как их целью является открытое или скрытое подчинение другого человека своим целям и влиянию[70].

По мнению И. С Клёдиной, к формам психологического насилия так же относиться и доминирование – это отношение к другому человеку как к вещи или средству достижения своих целей, игнорирование его интересов и намерений [43].

Среди деструктивных видов противостояния психологическому насилию Е.В. Сидоренко называет уклонение, психологическую самооборону (в ситуациях ответной разрушительной критики), игнорирование, конфронтацию и отказ [86].

Как дополнение к вышесказанному, так же можно отметить формы психологического насилия, выделенные Н. М. Платоновой и Ю. П.Платоновым:

- Создание семейной коалиции в результате отвержения «жертвы».
- Формирование портрета неуспешной, неумелой и несостоятельной матери/отца, супруга [59].

Согласно И. А. Фурманову, психологическое насилие включает – многообразные разновидности принуждения (коммуникативного, экономического и прочее), основу которых составляют вербальная и косвенная агрессии и различные формы проявления негативизма [103].

А. Басс и А. Дарки считают, что:

Вербальная агрессия – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы).



Косвенная агрессия, окольным путем направленная на другое лицо или ни на кого не направленная.

Негативизм – оппозиционная манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.

Психологическое насилие - это динамический процесс, где переплетаются как его формы (вербальная агрессия, косвенная агрессия, негативизм), так и его участники, вследствие чего жертва со временем сама может стать насильником [102].

Таким образом, для объяснения динамики развития психологического насилия следует обратиться к модели «Цикл насилия» предложенной Е. А. Брайцевой, основанной на модели Ленор Уолкер.

Л. Уолкер четко определила три фазы/стадии процесса насилия: «фаза нарастания напряжения», «серьезный инцидент», «последствия».

«Фаза нарастания напряжения» (от нескольких недель до нескольких лет) характеризуется эскалацией напряжения, словесными оскорблениями. У жертвы возрастает чувство беспомощности и страха.

Фаза «серьезный инцидент насилия» (от двух до двадцати четырех часов). Непосредственное насилие. Жертва все свои силы направляет на защиту себя.

Фаза «последствия» – агрессор проявляет раскаяние, любовь и намерение измениться. С течением времени третья фаза практически не наступает и жертва оказывается пойманной в ловушку между нарастанием и насилием [54].

По мнению Е. А. Брайцевой, несмотря на четкость и стройность теоретической модели Л. Уолкер, все же она односторонне рассматривает феномен насилия – для нее женщина всегда пострадавшая, а мужчина – агрессор, не учитывая того факта, что во время прохождения цикла насилия роли «насильника» и «жертвы» могут переходить от одного партнера к другому.

В связи с этим автором была сделана попытка переструктурирования цикла насилия, в которой учитываются все возможные варианты развития насильственного поведения, как со стороны мужчины, так и со стороны женщины.

Предлагается следующая трактовка рассматриваемого цикла.

При получении информации о существовании кризиса, связанного с возможным проявлением насилия в той или иной семье, соответствующим специалистам невозможно сразу однозначно определить роли, которые исполняли супруги в ходе всего процесса развертывания проблемной ситуации, только опираясь на положение, занимаемое ими на конечной стадии (например, женщина- пострадавшая, мужчина - насильник).

Каждая из стадий являет собой подобие «черного ящика»: при наличии определенных посылов ситуация может приобрести совершенно противоположное направление для развития. Так, на первой стадии нарастания напряжения агрессором может выступать как мужчина, так и женщина. Действия же, которые произойдут на втором этапе, будут всецело зависеть от того, какие стратегии поведения выберут для себя оба партнера – наступление или самозащита. При этом обе стратегии могут осуществляться при помощи использования силы. Данное правило применимо и для двух других стадий.

Для обоснования своей теоретической позиции Е. А. Брайцева приводит результаты собственного пилотажного исследования (в форме интервью), которое осуществлялось на протяжении 2006-2007 годов в г. Павлово Нижегородской области. В исследовании участвовало девять супружеских пар (18 человек), переживших инциденты насилия.

По итогам исследования были выявлены следующие ключевые моменты. Во всех обследуемых случаях нельзя было однозначно «закрепить» роль «жертвы» или «агрессора» за отдельным партнером на протяжении развертывания ситуации насилия. К тому же все без исключения респонденты были склонны винить в семейных несчастьях своего супруга и

расценивать связанное с временными проблемами поведение, свое и супруга, как глобальное (то есть затрагивающее и другие стороны брака) и стабильное (словно оно продолжится и в будущем) [14].

Нарушения, возникающие вследствие психологического насилия как непосредственные, так и отсроченные, затрагивают все уровни функционирования личности. Они приводят к стойким личностным изменениям, препятствующим самореализации в будущем[9]. Последствиями психологического насилия выступает психологическое травмирование. Психологическое травмирование (психотравмирование, психологический вред, психологический ущерб) – любые достаточно серьезные и длительные негативные социально-психологические последствия взаимодействия человека с другими людьми или его собственной индивидуальной активности. При оценке психотравмы необходимо определять степень тяжести (незначительное, легкое, среднее, тяжелое) и основную травмированную сферу (когнитивная, эмоциональная, поведенческая) [22]. Люди, пережившие физическое или сексуальное насилие отмечали, что психологическое насилие зачастую было более разрушительным и имело более долгосрочные эффекты. Это связано с тем, что климат неуважения человеческих чувств, когда человек находится под постоянной или частой критикой, на него кричат или его игнорируют, – оказывает глубокое и сильное влияние, деформируя образ «Я» и самооценку личности [100].

Кроме того, в целях теоретического осмысления феномена психологического насилия необходимо проанализировать основные положения концепций, которые отражают специфику, а так же природу насилия именно во внутрисемейных отношениях, так как согласно И. В Попову, по статистике члены семьи являются жертвами насилия чаще, чем сторонние люди в результате внешних межличностных конфликтов [69].

Существуют три основных подхода, группирующие специальные теории, объясняющие возникновение внутрисемейного насилия:

- уровень индивидуальных характеристик жертв и обидчиков;
- микроуровень;
- макросоциум.

В рамках теорий индивидуального уровня наиболее полно исследовались/исследуются возможные причины психологического насилия, связанные с личностью обидчика и жертвы, где обидчики/жертвы могут выступать в качестве ролевых моделей для других членов семьи, виктимизируя их и поддерживая агрессию как приемлемую форму поведения [78].

- Биологический детерминизм (К.Леонард, М.Теста, С.Тайлор, Р.Густафсон, А.Немцов, Ю.М. Антонян, С.В.Максимовым и В.П. Ревиным) Исследователи продолжают идентифицировать уникальные биологические характеристики, потенциально относящиеся к этиологии насилия. Существует мнение, что генетические predispositions могут оказаться очень существенными в различии склонных к насилию и жестокому поведению индивидуумов, кроме этого уделяется роль гормональным факторам (гормонам эстрогена и прогестерона) в формировании насильственного поведения.

- Теория психопатологии (Дж.Хастингс, Э.Гондольф, Д.Даттон, Д.Саундерс, С. Чиффриллер, М. Palud, А.И. Захаров, Л. С Алексеева) выдвигает предположение, что насилие совершается индивидуумами, страдающими какими-либо формами психической болезни, расстройствами личности или другими индивидуальными дефектами.

- Теории индивидуальных черт (Дж.Хоталинг, Д.Шугарман, К.О'Лири). В рамках этой теории предполагается, что психологические черты, характеризующие насильников, в определенной степени способствуют совершению насилия. (Например, низкое самоуважение, злость и враждебность, недостаток навыков решения проблем и эмоциональная зависимость) [53].

- Виктимологический подход к изучению проблемы насилия исходит из того, что более слабые члены семьи- «жертвы»- своим поведением сами провоцируют насилие [3]. У. Шнайдер, было установлена связь между действиями жертвы и насильника [118].

- Теории микроуровня в качестве единицы анализа рассматривают семью и пытаются вычленить те особенности динамики семейной жизни, которые повышают вероятность возникновения форм внутрисемейного насилия [3].

- В рамках теорий, рассматривающих условия формирования внутрисемейного насилия, (М.Страус, С. Стейнметц, Дж.Уолфнер и Р.Джиллес, Дж. Хирн и М. Шеллер, Маргарет Шелер, М. Н. Римашевская) анализируются действие факторов, заключающихся в особенностях взаимодействия в самой семье. Наиболее значимыми из них являются неравное распределение власти в семье между супругами, что неизбежно приводит к борьбе за власть и, как следствие, к насилию. Другие факторы возникновения насилия заключаются в стрессовых ситуационных факторах, связанных с фазами семейной жизни (например, рождение ребенка, развод и т.д.) [51]; формирование деструктивных коммуникационных стратегий, существующих внутри семейного социума [60], а так же интенсивность и глубина эмоциональных межличностных отношений внутри семьи. Некоторые исследователи (Л. Козер, В.А. Сысенко, Н.В. Маляровым, В.В. Солодникова) используют теорию конфликтов, согласно которой насилие – одно из финальных звеньев в цепи разногласий, столкновения интересов. Структура причин, обуславливающих уровень насилия в конфликтах, описанная Л. Козером, используются для объяснения проявлений насилия в семье [25]. Сторонники теорий социализации и социального научения (Альбертом Бандурой, Grossman, Centerwall, Л.Уолкер, М.Селигман, Ш.Херзбергер) объясняют возникновение насилия путем усвоения насильственного поведения в процессе социализации через наблюдение соответствующего образа действий или усвоением насильственных форм

поведения посредством ряда механизмов, основными среди которых являются оперантное обусловливание, моделирование и косвенное научение [53].

В свою очередь, теории макросоциума (Дж.Гоффманн, Дж.Бордман, Д.Риггс, М.Страус, В.Г.Семенова, В.В.Кривошеев, Ю.М.Антонян, Н.Г.Шумский и др.) относят проблему насилия к тому комплексу социальных структур, культурных норм и систем ценностей, которые продуцируют определённый тип социальной чувствительности общества, толерантный к насилию. В основе такого подхода лежит понимание того, насколько насилие приемлемо в данном обществе [60].

К факторам, активизирующим межличностное насилие, можно отнести:

- культурные представления о насилии в интимных отношениях/семье (К.Йолло, Р.Добаш, К.Андерсон) [52], согласно которым взаимоотношения супругов, – это личное дело семьи, и интервенция государства в частную сферу не только не приветствуется, но и вредит устоям семьи, что таким образом снижает порог чувствительности в реакции на семейную жестокость со стороны общества [3];

- отсутствие в обществе специальных механизмов, способных удерживать индивидуумов от насилия над интимным партнером (Л.Шерман, Р.Бек, Р.Геллес, А.Блумштейн, У.Реклесса);

- социальные проблемы в обществе (например, бедность, высокий уровень убийств, социальное расслоение т.д.), являющиеся следствием структурных особенностей самого общества (Дж.Хоталинг и Д.Шугарман, Р.Агнью);

- использование принуждения и насилия в обществе для достижения неких общественных целей, которые способны распространяться и на семью, где насилие обычно не поощрялось (Д.Левинсон);

- существование в современной культуре патриархальных верований и убеждений, согласно которым мужчины могут владеть большей властью и

привилегиями в социальной иерархии, чем женщины (Добаш, Курц, Левинсон, Хоффман, Геллис) [52].

В результате теоретического анализа феномена психологического насилия было выявлено, что:

Психологическое насилие – это явление высокой степени сложности, детерминированного совокупностью внешних (социально-культурных условий жизни, созданных в обществе), внутрисемейных (условий формирования внутрисемейной среды, заключающихся в особенностях взаимодействия в самой семье) и индивидуальных характеристик жертвы и агрессора. Таким образом, системное рассмотрение психологического насилия является основным методологический принцип его изучения.

Таким образом, под психологическим насилием мы будем понимать повторяющееся во времени, преднамеренное психологическое воздействие на структурные составляющие личности оппонента, в основе которого заложено принудительное действие, осуществляющееся через деструктивные формы влияния и влекущее к возникновению психологической травматизации.

Фундаментальными критериями психологического насилия выступает – принуждение, желание принимать или отвергать влияние, оказываемое агрессором, а так же наличие психотравмы.

Психологическое насилие имеет системную основу и состоит из следующих друг за другом инцидентов, таким образом, можно говорить о динамике развития, в котором следует учитывать поведение обеих сторон.

Психологическая агрессия выступает инструментом психологического насилия, по способу нанесения травмы выделяют вербальную агрессию, косвенную агрессию, вербальную изоляцию, манипуляции и т. д.

Разновидностью психологического насилия является эмоциональное насилие, реализующееся через эмоциональную холодность, эмоциональное подавление, отсутствие эмпатии, эмоциональный шантаж и т. д.

Психологическое насилие включает в себя как виды прямого негативного психологического воздействия, так и преимущественно

манипулятивные, которые скрытно побуждают другого человека к действиям, наносящим ему вред.

## **1.2. Психологическое насилие в супружеских отношениях**

Домашнее насилие является одной из самых сложных, противоречивых и латентных проблем в большинстве современных обществ [31]. По мнению ряда исследователей каждый человек (индивид), наиболее вероятно, может быть подвергнут различным насильственным действиям или даже убит именно членом своей семьи в собственном доме, а не сторонним незнакомцем на улице или в каком-либо другом месте [15]. Неумение выстроить адекватные взаимоотношения друг с другом, неподготовленность к определенного рода ситуациям, неизбежно возникающим даже в благополучных семьях, приводит к тому, что чаще всего в последнее время взаимоотношения в семье строятся по принципу насилия. Особенно это характерно для «молодых» семей, где мужчина, сталкиваясь с неприятной для себя ситуацией, идет по пути проявления агрессии по отношению к жене [58].



Согласно Организации Объединенных Наций, домашнее насилие определяется как любой акт насилия, совершенный на основании полового признака, который причиняет, или может причинить физический, половой или психологический ущерб или страдания женщинам, а также угрозы совершения таких актов, принуждение или произвольное лишение свободы, будь то в общественной или личной жизни [61].

Е. Р. Ярская-Смирнова выделяет следующие отличительные особенности семейного насилия:

1. Особенность домашнего насилия – его цикличность. Отношение в семье, где имеет место супружеское насилие, развивается по кругу, повторяясь от раза к разу, проходя один и те же стадии. Причем с течением времени этот круг имеет тенденцию сжиматься, т.е. насилие повторяется и совершается все чаще. Насилие становится предсказуемой моделью поведения. И если сначала акты насилия происходили раз в полгода, то впоследствии они могут совершаться каждый день. Попад в этот очень прочный круг, женщина сама зачастую не способна разорвать его. Цикл насилия можно разбить на три стадии [2]. Наличие паттерна психологического насилия – важный индикатор отличия супружеского психологического насилия от просто конфликтной ситуации в семье.

2. Отличие домашнего насилия от других насильственных актов заключается в особенностях отношений между объектом и субъектом насильственных действий. В отличие от преступления, совершенного на улице незнакомцем, семейное насилие происходит в отношениях между близкими людьми. Пострадавшей от насилия в семье очень тяжело признавать, что у нее дома идет война и, как следствие, его безнаказанность порождает все более страшные его формы [51]. Некоторым говорить об этом больно и стыдно, а некоторым легче делать вид, что этого нет совсем, нет ни боли, ни страха, нет проблемы. Многие жертвы очень долго терпят насилие, так как считают себя виноватыми и обязанными исправить сложившееся положение [21].

3. Говоря об опасности, которую представляет собой насилие в семье, и о масштабах его воздействия, необходимо учитывать, что даже если насильственные действия направлены только против одного человека, то все остальные члены семьи все равно оказываются подвержены тому, что обозначается исследователями как «вторичная виктимизация» и заключается в переживании свидетелями насилия тех же психологических последствий, что испытывает жертва [90].

Согласно определению ВОЗ (2003), насилием со стороны интимного партнера (синоним «партнерское насилие») считается любое поведение в рамках интимных отношений, которое является причиной физического, психологического и сексуального ущерба для одного из участников этих отношений [47].

Одна из основных тенденций в области психологического изучения насилия в семье состоит в разработке проблематики межличностных супружеских взаимоотношений, развивающихся по типу неадекватного (патогенного) супружества, блокирующего нормальное функционирование семьи. Патогенное супружество представляют собой континуумы интерперсональных коммуникативных паттернов, описываемый различными авторами как «депривация – симбиоз» (Е.Т.Соколова, С.В.Ильина, и др.), «отвержение – гиперопека» (В.И.Гарбузов) и оформляющийся в виде специфического семейного стиля жизни, приводящего к эскалации и межпоколенной трансляции насилия[67].

Таким образом, патогенное супружество – это специфические интерперсональные формы коммуникации в семье, проявляющиеся на одном своем полюсе в насилии, а на другом полюсе в их невротизации и «виктимизации» (Дж. Боулби, Е.Т. Соколова и др.) [28].

Супружеское насилие не имеет никаких экономических, образовательных, расовых или религиозных границ. Оно может происходить в семьях всех слоев общества. Причем в качестве агрессора и жертвы могут выступать как мужчины, так и женщины. Однако, несмотря на свидетельства

статистики, что насилие над женами более распространенное явление, все же некоторые жены могут представлять серьезную реальную угрозу для их мужей [100].

**Супружеское насилие** в целом – это неправомерное использование, употребление силы, власти и контроля, это попытка принуждать и управлять супругом через физическое или психологическое воздействие.

Если в начале супружеских отношений присутствовал только один вид домашнего насилия, то с течением времени жертва подвергается самым разнообразным и изощренным формам домашнего притеснения. Насилие приобретает «хронический» характер, раз начавшись, само по себе насилие не прекратится никогда [116].

По мнению ряда ученых (С. Харт, М. Брассард, В.В. Дерябина, Н.О. Зиновьева) весьма распространенным явлением в межличностных отношениях мужчин и женщин, и присущее практически всем случаям насилия в семье является психологическое насилие [28]. Его последствия для личности являются не менее травматичными, чем другие виды насилия, например, физическое [44]. Психологическое насилие используется и мужчинами, и женщинами, в отношении друг друга, однако женщины чаще оказываются в роли жертв [35].

В целях анализа патогенных супружеских отношениях существует необходимость выявления факторов, детерминирующих зарождение насилия.

Американский исследователь М.Страус попытался выделить несколько закрепленных в современной культуре убеждений и верований, которые не только позволяют, но и поощряют насилие между мужем и женой в семье, а именно:

- большой авторитет мужчин в современной культуре;
- мужская агрессивность и представление, что агрессивность позитивно коррелирует с мужественностью, и что агрессия – не просто приемлемый для мужчин инструмент, но также и способ выражения мужской идентичности;

- роль матери/жены как наиболее предпочтительный статус для женщин;
- мужское доминирование и соответствующая ориентация системы правопорядка, которая не может решать проблемы насилия в отношении женщин [52].

На сегодняшний день происходит усиление общественной роли и статуса женщины изменили формы ее поведения и самочувствия, внушив ощущение своей независимости, самооценности, равноправности. Существенно меняется в наше время брачно-семейное поведение женщин, особенно молодых. Социологи отмечают ценностный сдвиг в этой сфере, который ныне происходит в сознании молодых женщин: от патриархально-традиционных ценностей семьи, женского счастья и любви к приоритетности карьеры, личностного самоутверждения, внебрачной эротики [24]. Независимо, а порой и агрессивно женщина начинает себя вести в семье, и, наряду с мужским, возникает проблема женского насилия. Некоторые зарубежные социологи (М. Страус, Р. Геллес, С. Стейнметц, Д. Хайнц) утверждают, что женское насилие в семье встречается не реже мужского, хотя другие авторы ставят этот вывод под [114].

По мнению А. В. Лысовой факторами риска, увеличивающих шансы совершения насилия женщинами, выступают: стрессовые условия жизни, антисоциальные и пограничные черты личности, злоупотребление алкоголем, конфликт с партнером, доминирование, негативная атрибуция событий и оправдание насилия.

Среди факторов, снижающих вероятность совершения насилия женщинами, были отмечены наличие навыков управления злостью и самоконтроля, а также вовлеченность в отношения с партнером. Полученные данные согласуются с результатами других западных исследований [115].

Киммель отмечает, что мужчины применяют насилие для воздействия на жен, стремясь добиться послушания; для женщин, прибегающих к насилию это, в основном, акт выражения фрустрации или острого моментального гнева [114].

Супружеское насилие рассматривается как многомерный феномен, порождаемый взаимодействием как внутренних, так и внешних факторов, зависящий от уровня супружеской компетентности, индивидуальных особенностей личности супругов, от их взаимоотношений в браке и жизненного опыта. При этом уровень материального положения семьи и уровень образования супругов не влияют на показатели применения насилия в семье [93].

В исследованиях С.В.Ильиной и Е.Т.Соколовой отмечается, что насильственные отношения между супругами могут стать моделью или образцом, на основе которых дети усваивают – насилие является приемлемым или эффективным средством разрешения конфликтов с другими людьми. С.В.Ильина сделала вывод о том, что «насилие, пережитое в детстве, является фактором-предиктором для формирования пограничной личностной организации» [36]. В модели социального научения образец вербальных и/или физических действий рассматривается как средство межличностного воздействия, благодаря которому возможно формирование (изменение) отношений или способа действий другого человека. Существенная роль при этом принадлежит влиянию первичных посредников социализации, а именно образца отношений и поведения родителей, на обучение детей насильственному поведению.

Кроме того, описывается феномен так называемой «эстафеты насилия». Суть его сводится к тому, что дети, видевшие проявления психологического насилия в отношениях между собственными родителями, склонны воспроизводить подобные действия в общении с другими людьми. Примечательно, что этот феномен имеет длительное действие: люди, бывшие в детстве свидетелями насилия между родителями, во взрослом возрасте сами становятся склонными к использованию силы в отношениях с супругами [102]. Согласно исследованиям, проведенным И. В. Поповой, 20 % женщин часто терпят вербальную агрессию со стороны мужей. Каждая

третья женщина, имеющая взрослого сына, отметила, что сын также плохо обращается со своей женой, как его отец обращался с ней [69].

Таким образом, в тех семьях, где муж оскорблял, притеснял, унижал жену и детей, семейная жизнь именно сыновей складывается неблагополучно. Понятно, что передача склонности к насилию от одного поколения к другому обладает более сложным механизмом, чем простое подражание, тем не менее, исследование позволяет говорить о том, что этот механизм работает [69].

Проведенное М. Страусом национальное исследование обнажило важную проблему – проблему соотношения супружеского насилия и распределения власти в доме. Оказалось, что в семьях с демократическим укладом, где обязанности мужчины и женщины были распределены примерно в равной степени, уровень насилия оказался наименьшим [113].

Для наглядности рассмотрим признаки равноправных отношений между супругами:

1. Откровенный диалог в основе которого должно быть осознанное понимание того, чего ты хочешь сам, понимание того, чего хочет партнер, и умение согласовать цели всех сторон взаимодействия; договор и права партнеров как результат сотрудничества [89]:

- открытые взаимоотношения,
- совместный поиск способов устранения возникших конфликтов,
- положительное отношение к изменениям,
- готовность к сотрудничеству.

2. Экономическое партнёрство – совместные решения экономических вопросов,

3. Разделённая ответственность:

- совместно оговоренное разделение труда,
- совместные решения в вопросах, касающихся семьи.

4. Родительская ответственность:

- разделение ответственности родителей,
- позитивное и ненасильственное отношение к детям.

5. Дружественные отношения:

- партнер чувствует себя в безопасной и дружелюбной ситуации, что бы он ни говорил или делал.

6. Уважение и почитание — признание ценности и значимости партнера и его мнения:

- уважение к позиции партнера,
- признание права партнера на особые чувства, мнения, действия и возможность иметь собственных друзей.

7. Доверие и поддержка:

- духовная поддержка и понимание,
- понимающее и примирительное умение слушать,
- поддержка целей, ставящихся партнером.

8. Ответственность:

- человек не может отвечать за других, но за свои действия в отношении другого человека несет полную ответственность.

- признание собственных ошибок[104].

9. Интерес к партнеру – то, что дает возможность видеть партнера, чтобы далее выстраивать с ним отношения.

10. Общая цель – связующее звено и сам предмет взаимодействия [89].

Так же М. Страусом было выявлено, что в тех семьях, где главенствовал муж, уровень супружеского насилия был наибольший, а где доминировала жена, уровень насилия был хоть и ниже, но имел тенденцию к росту [51]. Исследования отечественных ученых подтвердили и вывод их зарубежных коллег о том, что мужья проявляют особую склонность к доминированию и агрессивности в тех случаях, когда понимают, что женщины сильно зависят от них экономически (имеют малый доход или не

имеют его вообще) и (или) психологически (боятся развода, в случае которого могут пострадать больше, чем муж) [91].

Для наглядности рассмотрим доминантно-зависимую модель супружеских отношений, для нее характерными являются:

- неравномерное распределение власти, злоупотребление властью;
  - руководство, которое базируется на силе;
  - ригидность и жесткость исполнения ролей в семье;
  - полотипизированные семейные обязанности, сегрегация интересов членов семьи;
  - деструктивный способ разрешения конфликтов;
  - неудачи и ошибки скрываются, осуждаются, подвергаются обструкции, часто вспоминаются;
  - отсутствие уважения к личным делам, интимным сторонам жизни, тотальная подконтрольность поведения;
  - ощущение незащищенности, одиночества, переживание чувства вины, тревожности депрессии;
  - закрытость семейной жизни, отгороженность от социума;
  - воспитание детей в условиях гиперконтроля, подчиненности
- [44].

Обратимся к эмпирическим исследованиям изучения супружеского насилия, реализующегося через психологическое насилие.

Согласно исследованиям И. А. Фурманова структура психологического насилия в супружеских отношениях показывает, что наиболее распространенными видами психологического насилия вне зависимости от пола супругов являются угроза нефизического наказания за несоблюдение требований, дистанцирование; словесные унижения, оскорбления, обзывания, отрицание прав и непризнание авторитета и ценности другого супруга; отказ в положительном подкреплении, эпизодическая снисходительность.



Вместе с тем, было обнаружено, что мужья чаще «страдают» от чрезмерного контролирования со стороны своих жен, что проявляется в ревности; потребности знать, где супруг находится все время и с кем, обвинениях в том, что он проводит время с друзьями, стремление посмотреть на этих людей или познакомиться с ними; слежка. Жены, в свою очередь, больше «страдают» от использования мужьями собственного привилегированного положения, что проявляется в требованиях подобострастия, отношении к супруге как к прислуге; сохранение за собой последнего «мужского» слова, следовании традиционной полоролевой позиции в пределах семьи, четком разделении ролей мужчины и женщины.

Кроме того, жены в большей мере со стороны мужей подвержены угрозам причинить физические повреждения или сильно избить, запугиваниям, обесцениванию, игнорированию, обвинениям. Они чаще сталкиваются со случаями использования мужьями детей в качестве аргумента в споре [100].

Кроме того, основной формой психологического насилия, оказываемого со стороны женщин, становится – манипуляция. При манипуляции также как и в случае доминирования один из партнеров (манипулятор или подавитель) подчиняет чувства и действия другого партнера своим целям, планам и желаниям. Для манипулятора другой человек не является ценностью, он может быть лишь полезным, нужным, он – не цель, а средство [13]. Отличительными особенностями при манипулировании являются психологические состояния такие как: состояние тревоги; чувство униженности и обиды; ощущение, что тебя контролируют и использовали, т.е. обошлись с тобой как с вещью.

Скрытность манипулятивного воздействия обеспечивается использованием таких психологических приемов (уловок), как:

- собственное возвышение или самовосхваление, что является косвенным приемом принижения партнера;

- выведение из равновесия партнера; для этого используются насмешки и несправедливые обвинения, а когда партнер «вспылит», акцентируется внимание на его «недостойном» поведении и продуцируется чувство вины с побуждением исправить свое поведение;
- лесть и восхваление партнера, демонстрация стремления угодить ему и как следствие, ожидание ответных соответствующих действий;
- утаивание нужной для человека информации, чтобы вызвать у него состояние нервозности, неопределенности, которое ведет к менее обдуманным действиям и др. [43].

В психологической литературе в качестве причины женского манипулирования в супружеских отношениях рассматриваются условия социализации традиционного типа [7]. Девочки и девушки наблюдают практики манипулятивного поведения, демонстрируемого близкими и знакомыми людьми, слышат позитивные отклики о женской хитрости, называемой «женская мудрость». В СМИ и художественной литературе также часто позитивно оценивается использование женщинами манипуляции в целях достижения собственной выгоды [80].

Типичные признаки агрессора, склонного к психологическому насилию в семье:

1. Отсутствие способности к сочувствию. Неспособность понимать и принимать других людей, такими как они есть.
2. Позиция обвинителя. При возникновении проблем всегда обвиняет в этом другого.
3. Контролирующее поведение. Желает точно быть в курсе того, где жертва бывает, чем занимается, с кем встречается.
4. Следование жестким ролевым позициям. Твердые убеждения о том, каким должен быть «настоящий» мужчина и «настоящая» женщина. В случае необходимости готовность с помощью силы поставить партнёра в рамки, соответствующие собственным понятиям о правильном.

5. Недоверие. Неспособность доверять людям.

6. Повышенное чувство собственности. Предопределяет ревность. Жертва рассматривается как вещь, как собственность, не имеющая права на внесемейные отношения. Ревность направляется не только на возможных соперников/соперниц, но и на друзей или родственников.

7. Низкий уровень самоконтроля. Неспособность руководить своими эмоциями, легкая возбудимость, бурная реакция на мелочи.

8. Удовольствие от унижения других. В присутствии посторонних 'шутит' над партнером или делает замечания, ставящие жертву в неприятное или постыдное положение.

9. Надменное и высокомерное отношение. Относится к себе как к чему-то совершенно особенному, кому все дозволенно и чьи желания и капризы жертва должна беспрекословно выполнять.

10. Слабая рефлексия. Проявляется в неспособности анализировать поступки других людей и свои собственные [104].

11. Авторитарность – социально-психологическая характеристика личности, отражающая ее стремление максимально подчинить своему влиянию партнеров по взаимодействию и общению. Авторитарность связана с такими личностными чертами, как агрессивность, завышенная самооценка и уровень притязаний, склонность к следованию стереотипам и т.п. [70].

Психологическое насилие оказывает влияние на всех без исключения членов семьи, независимо от того, касается оно их прямо или косвенно, так как все вынуждены к нему приспосабливаться. Последствиями этого становятся страх, подозрительность, эмоциональная и физическая отчуждённость, всеобщая семейная угнетённая атмосфера [48].

Последствия психологического насилия в супружеских отношениях могут рассматриваться в качестве механизмов развития пограничной личностной структуры (Е.Т. Соколова, Ильина), причем неразвитость этих отношений лежит в основе психопатического варианта аномалий, а нарушения – в основе неврастенического варианта [23].

Е.Т. Соколова выделяет следующие личностные нарушения:

- синдром «аффективной тупости», для которого характерны холодность, отсутствие чувства общности с другими людьми, ощущение себя неспособным строить отношения эмоциональной привязанности, и, как следствие, отвержения себя и других;
- синдром «аффективной зависимости», которому свойственны ненасытная жажда любви, постоянный страх потерять объект привязанности, зависимость и тревожная неуверенность в себе и в других [60];
- «комплекс жертвы», выражающемся в сочетании психических реакций – апатии, отказа от ответственности за себя и других, беспомощности, безнадежности, снижения психологической самооценки и т.п., а также в комплексе отверженности, характеризующемся разобщенностью с окружающими людьми [68];
- «стокгольмский синдром», которому присуще искренняя преданность к силовому авторитету со стороны жертвы. Эта любовь парадоксальна, поскольку она направлена на того, кто причиняет боль. У жертвы резко снижаются когнитивные и экспрессивные способности, падает воля к сопротивлению, начинается регрессия: сознательные психические процессы замещаются подсознательными защитными механизмами [8].

Исходя из опыта работы специалистов кризисных центров и результатов исследований С. Б. Калининой, можно выделить некоторые наиболее общие характеристики жертв, обращающихся в подобные организации по поводу пережитого насилия:

- низкая самооценка;
- приверженность традиционным представлениям о семье, роли женщины в семье и обществе, «женском предназначении»;
- присвоение себе ответственности за действия обидчика;
- чувство вины и отрицание чувства гнева, которое они испытывают по отношению к обидчику;

- выраженные реакции на стресс и психофизиологические жалобы;
- вера в то, что сексуальные отношения могут стабилизировать отношения в целом;
- чувство беспомощности и неверие в то, что кто-то может им помочь;
- психологическая зависимость от партнера [39].

Наиболее распространенными причинами сохранения насильственных отношений в российских семьях являются:

- причины социально-экономического порядка (жилищная проблема, материальная и финансовая зависимость от насильника). Жертва зачастую выбирает стабильное материальное положение и ради детей, ради их материального благополучия, исходя из их интересов, также по причине нежелания лишать детей отца и воспитывать их в неполной семье;
- страх эскалации насилия после решительных действий жертвы к разрыву отношений;
- культурные и семейные ценности, призывающие к сохранению семьи любой ценой;
- статус одинокой или разведенной женщины. На этом фоне очень часто возникает ситуация самообвинения, когда у жертвы зарождается чувство собственной вины [98];
- личностные качества и характеристики лиц, терпящих насилие: заниженная самооценка пассивность, нерешительность, эмоциональная слабость и психологическая зависимость;
- неинформированность населения о существовании системы помощи жертвам семейного насилия или неверие в оказание реальной помощи [93].

Признание разрушительного влияния психологического насилия на индивидуальное благополучие личности, так и на благополучие семьи в целом служит одним из ключевых моментов при рассмотрении данного вопроса [116].

Таким образом, анализируя проблему психологического насилия в супружеских отношениях, нами было выявлено, что:

Супружеское насилие – это тип межличностного взаимодействия, который носит скрытый характер, и предполагает установление отношений неравенства (доминантно-зависимый тип отношений).

Супружеское насилие – многомерный феномен, детерминированный взаимодействием как внутренних, так и внешних факторов, обусловленных уровнем супружеской компетентности; индивидуальными особенностями личности супругов; употреблением алкоголя, агрессивными проявлениями во внесемейном поведении; взаимоотношениями в браке и жизненным опытом.

Психологическое насилие, осуществляемое в супружеских отношениях, не имеет никаких границ, оно может происходить в семьях всех слоев общества, не зависимо от расы, образовательного уровня, вероисповедания и т. д.

Психологическое супружеское насилие это интерактивный процесс. Для его объяснения необходимо учитывать поведение обеих сторон, кроме того, наиболее распространенными видами психологического насилия вне зависимости от пола супругов являются вербальная агрессия, эмоциональная холодность, эпизодическая снисходительность. Женщины в большей степени склонны к манипулированию с целью получения контроля и власти, в то время как мужчины больше склонны использовать физическое запугивание, агрессию и жестокость. Таким образом, женщина выступает активным агентом коммуникации, ответственной за свои поступки, а не жертвой патриархальной культурой.

Основные причины сохранения насильственных отношений выступают: причины социально-экономического порядка, надежда на изменение поведения партнера, страх одиночества, культурные и семейные ценности, личностные качества и деформация личности жертвы, неинформированность населения о существовании системы помощи.

Психологическое насилие в супружеских отношениях может применяться как для установления отношений принуждения, так и для их поддержания. При этом можно говорить об его экспансивистском

(завоевательном) и консервирующем (охранительном) характере соответственно.

Нарушения, возникающие после непосредственного психологического насилия, затрагивают все уровни функционирования, что приводит к стойким личностным изменениям, формированию специфических супружеских отношений, особых жизненных сценариев.

Комплексный подход к осмыслению ситуации супружеского насилия обуславливает, в свою очередь, необходимость разработки соответствующих психологических методов и технологий помощи не только для женщин, но и для мужчин.

### **1.3. Профилактика психологического насилия в супружеских отношениях**

В современном мире предотвращение психологического насилия – одна из самых актуальных задач.

Психологическое насилие в семье – это социальное явление, которое охватывает различные слои общества и практически все возрастные группы населения [29]. Причиной внимания к проблеме профилактики психологического насилия является тот факт, что существуют как непосредственные, так и отсроченные последствия насилия, проявляющиеся в негативном воздействии на все сферы развития личности: когнитивную, аффективную и поведенческую. Кроме этого оказывает деструктивное влияние не только на одного из супругов, но и на личность ребенка, даже если он не является объектом насилия, но становится его свидетелем [58]. Длительное воздействие неблагоприятной семейной обстановки приводит к формированию личностных деформаций и последующих отклонений в поведении [77].

Профилактика – это комплекс превентивных мероприятий, направленный на сохранение и укрепление психологического здоровья

личности путем повышения общего уровня психологической культуры и формирование социальных установок неприемлемости насильственных форм поведения в семье.

Психолого-педагогическая профилактика - система предупредительных мер, связанных с устранением внешних причин, факторов и условий, вызывающих те или иные недостатки в развитии личности [66].

Таким образом, под профилактикой домашней тирании понимают комплекс социальных мер, психологических и педагогических воздействий, правовых мер, целенаправленных на предотвращение, обнаружение и устранение последствий насильственного поведения в семейном союзе [20].

В профилактику семейного насилия следует включать:

1) общие предупредительные мероприятия – правовая разъяснительная работа среди населения, формирование общественного мнения, нетерпимого к насилию в семье, законодательная база защиты от семейного насилия, распространение деятельности центров помощи пострадавшим от семейного насилия и т.п.;

2) специальные – предупредительные мероприятия по выявлению социальных слоев и групп, наиболее подверженных семейному насилию, и концентрацию профилактических усилий в этом направлении;

3) индивидуальную – предупредительную деятельность всех субъектов профилактики по непосредственному выявлению, пресечению семейного насилия и реабилитацию жертв такого насилия [23].

По мнению ВОЗ борьба с насилием включает в себя следующие задачи:

- определение индивидуальных факторов риска и принятие мер, изменяющих поведение личности;
- воздействие на межличностные отношения и создание здоровой обстановки в семье, в том числе предоставление профессиональной помощи «трудным» семьям;



- наблюдение за общественными местами – школами, местами работы и проживания людей и при необходимости решение возникающих там проблем;
- борьба с гендерным неравенством и вредными взглядами и обычаями [81].

По рекомендации Всемирной организации здравоохранения различают первичную, вторичную и третичную профилактику. Рассмотрим содержание, формы и методы каждой из видов профилактики.

Самая массовая – первичная профилактика насилия в семье. Она проводится со всеми благополучными семьями. Ее цель – формирование активного, адаптивного, высоко функционального жизненного стиля, который обеспечивает реализацию прав, удовлетворение потребностей и интересов и формирование психологической установки на гармоничные семейные отношения. Работа преимущественно носит информационный характер, пример, убеждение, работа в обществе, микросреде, семье, поскольку она целенаправленна на формирование ненасильственной, неагрессивной модели поведения личности.

В рамках первичной профилактики можно рассматривать широкий спектр программ просвещения общественности, семей, в том числе обучения профессионалов в области предотвращения насилия. Методами первичной социальной профилактики являются: информирование, пример, убеждение, работа в обществе, микросреде, семье [57].

Эффективными формами такой работы являются:

- систематическое освещение в средствах массовой информации проблемы насилия в семье с целью воздействия на общественное мнение и трансформации стереотипов взаимоотношений;
- проведение бесед и лекций для населения;
- анкетирование населения с целью выявления информированности о всех видах насилия, присущих семье;

- выпуск и распространение методических брошюр, информационных листов;
- проведение обучающих семинаров, совещаний для специалистов различных служб;
- открытие «горячих линий» для оперативного оказания помощи при личном обращении жертвы насилия (телефон доверия);
- информирование представителей педагогических коллективов о сущности и последствиях насилия для ретрансляции в дальнейшем педагогами полученных знаний в семью;
- формирование правовой грамотности в отношении преступлений против личности, расширение социально-психологической компетентности в целях снижения латентного домашнего насилия;
- обучение безопасному поведению в целях защиты от агрессии окружающих, а также для налаживания партнерских отношений в собственной семье;
- создание на базах психологических Центров «Родительских клубов», деятельность которых направлена на помощь родителям в воспитании ответственных и самостоятельных детей, обучение родителей эффективным способам взаимодействия не только с детьми, но и в супружеских отношениях, без использования неподходящих наказаний и жестоких мер воздействия, в том числе и психологического насилия.

Значительный вклад в профилактику психологического насилия в семье должны вносить образовательные учреждения. В ОУ целесообразно проведение следующих профилактических мероприятий:

- общешкольные родительские собрания с выступлением специалистов различных служб;
- классные часы «Уроки нравственности»;
- консультирование психологами родителей и других заинтересованных лиц по проблемам психологического насилия в семьях;

- проведение правовых игр с участием специалистов КДН и др.;
- организация лагерных смен в период зимних и летних каникул для детей из семей, находящихся в сложной жизненной ситуации. В рамках работы лагеря целесообразно проведение встреч со специалистами здравоохранения и правоохранительных органов, психологами, активистами женских движений, людьми с интересными судьбами [65].

Средства массовой информации (СМИ) являются одним из наиболее результативных способов распространения нужных сведений, знаний, помогают закреплению стереотипов и норм поведения. Шансы на широчайшее распространение информации дает так называемая онлайн-журналистика - размещение материалов прямо в сети Интернета.

СМИ могут:

- предупредить родителей и самих детей о ситуациях, провоцирующих насилие, о его формах и признаках;
- научить детей избежать опасности или вовремя обратиться за помощью;
- привлечь общественное внимание к острой проблеме или явлению, мобилизовать общественное мнение и подтолкнуть государственные органы в тех случаях, когда они не слишком торопятся на помощь;
- обеспечить материальную или финансовую поддержку, привлечь добровольцев или международные организации;
- дать шанс вести прямой диалог с нужными людьми или организациями через компьютерные информационные сети.

Большую роль в работе по профилактике насилия в семье играют психологические Центры (ППМС-центры).

На базе психологических Центров работу по насилию можно организовать через создание волонтерских отрядов. Деятельность волонтеров должна быть направлена на профилактику негативных явлений в подростковой и молодежной среде и осуществляться по трем направлениям:

- работа с информацией;
- проведение социально-психологических тренингов;
- проведение тематических игр, концертов и мастер классов

Вторичная социальная профилактика насилия в семье, на наш взгляд, является преимущественно, групповой и направлена она на семьи, детей и молодежь «группы риска» (изолированным, с дисгармоничной коммуникативной практикой, в сложной финансовой ситуации и т.д.) [5]. Вторичная профилактика подразумевает прекращение развития насилия в конкретных семьях различными способами и методами, предупреждение его последствий и рецидива однажды возникшей критической ситуации [29].

Целью ее является изменение малоадаптивного, дисфункционального, рискованного поведения, характерного для неблагополучных семей, а так же детей – сирот, воспитанников интернатов. Вторичная социальная профилактика предполагает выявление таких детей, оказание им поддержки и помощи по следующим направлениям:

- формирование знаний о жизненных умениях и навыках, необходимых для самозащиты от насилия;
- информирование о учреждениях и организациях, которые помогают потерпевшим от насилия, передача знаний о способах обращения к ним в ситуации насилия;
- коррекция отношения молодежи и детей, в том числе и молодых семей, к своей роли в микросреде, осознание ценности своей жизни и своей роли в ней, обучение их коммуникативным навыкам, чтобы обеспечить близкие отношения и поддержку в кругу членов семьи, и защитить детей от психологического и физического насилия;
- коррекция родительского отношения, осознание ими нового отношения к ребенку, которое базируется на постулате – ребенок - субъект собственной жизни;

- проведение тренинговых занятий с учащимися и родителями, направленных на отработку вопросов взаимоотношений и способов разрешения конфликтов в семьях.

Основными методами вторичной социальной профилактики являются: информирование, объяснение, рассказ, анализ ситуаций, убеждение, разъяснение и др. Данные методы эффективнее всего реализуются в таких формах профилактики, как тренинги, коррекционные циклы занятий, родительские лектории, детские и молодежные клубы, семейные гостиные, приглашение родителей на заседания школьного совета профилактики, посещение семьи на дому. Основными исполнителями здесь выступают педагоги-психологи, социальные педагоги, классные руководители, педагоги, социальные работники и др.

Работа на этом уровне предусматривает также информирование о специализированных учреждениях, где может быть оказана реабилитационная помощь. В связи с этим необходимо, чтобы в любом городе было учреждение, владеющее полной информацией об организациях, оказывающих юридическую, медицинскую, психологическую, социальную помощь жертвам семейного насилия. Жертвы насилия должны знать, куда можно обратиться в первую очередь. Необходимо, чтобы информация о таких учреждениях входила во все информационные городские и областные справочники. Особенно эта информация необходима для детей. В каждом образовательном учреждении и в местах проведения досуга детей и подростков эта информация должна быть размещена в доступном месте [57].

На этапе вторичной профилактики особенно важна межведомственная связь специалистов: врачей и психологов, юристов и работников правоохранительных органов. Здесь очень важна система раннего выявления семейного неблагополучия и совместное сотрудничество разноплановых специалистов как единой команды в различных вышеназванных формах вторичной социальной профилактики.

Третичная социальная профилактика насилия в семье направлена непосредственно на семью, отдельных ее членов, потерпевших от домашнего насилия. Она предполагает систему индивидуальной или групповой работы с потерпевшими и основательный комплекс социальных услуг. Самое главное в данной ситуации – возможность экстренного вмешательства команды специалистов, и изоляция жертв домашнего насилия. Для этой цели необходимы кризисные и реабилитационные центры.

Основной целью третичной социальной профилактики насилия является социально - психологическая реабилитация и социально – психологическое сопровождение жертв домашнего насилия. Таким образом, происходит вмешательство специалистов в ситуацию совершенного насилия заключается в том, чтобы предоставить семье всю необходимую информацию и поддержку, для того чтобы пострадавшие приняли собственное решение, наметили возможные пути выходов из ситуации, научились противостоять агрессору, раскрыли индивидуальный потенциал.

Основными методами являются: работа с конкретным случаем, анализ ситуации, переключение и коррекция, научение новым способам жизнедеятельности, создание воспитывающих ситуаций, демонстрация перспективы, реконструкция характера с помощью стимулирующих методов, информирование, переубеждение, включение в разнообразные виды деятельности и позитивно социализирующую микросреду, индивидуальные беседы с применением элементов рисуночных техник; тренинги по развитию коммуникативных навыков, обучающие детей "бесконфликтному" общению, повышающие их самооценку; песочная терапия, сказкотерапия, игровая терапия, призванные формировать у детей навыки совместной позитивной деятельности, снижающие страхи, агрессию, развивающие самоконтроль, эмоциональную сферу и др.; метод драматической психо-элевации; ролевые игры, корректирующие поведение.

Особо необходимо обозначить работу работников правоохранительных органов, прежде всего это касается таких видов насилия как физическое и

сексуальное, так как именно они прописаны в УК РФ, на этом этапе: они работают с насильником, предупреждают его об ответственности о совершенном насилии по отношению к конкретной жертве насилия и определяют статус жертвы.

Следовательно, поэтапная профилактика домашнего насилия позволяет:

- четко определить цель, содержание, формы и методы социальной;
- работы с семьей, детьми, молодежью, направленную на предупреждение домашнего насилия и оказание помощи в кризисной ситуации;
- дает возможность создать систему индивидуальной и дифференцированной работы как с неблагополучной семьей в целом так и с членами семьи, потерпевшими от домашнего насилия;
- помочь определиться в сложной жизненной ситуации; помочь детям и молодежи сформировать такой уровень жизненных навыков и умений, который позволяет им нести ответственность за свою жизнь и научить пользоваться своими правами в обществе.

В современном мире проблему насилия в семье пытаются решить через разнообразные программы и проекты, ее обсуждают на конференциях. Так существует американская программа «Жертвы насилия» или сокращенно «VOV» . Она признает то, что социальные ценности и традиции помогут предотвратить насилие. Эта программа имеет несколько взаимосвязанных и неотъемлемых компонентов: услуги и консультации, исследования, просвещение, социальные инициативы.

«VOV» работает в первую очередь с людьми пострадавшим от домашнего насилия. Она предоставляет любую помощь и оказывает услуги и подключает сюда психологические, медицинские и социальные центры работы [56].

В России было создано много проектов направленных на профилактику насилия в семье. Это «Создание регионального центра профилактики

насилия». Она проводилась на базе таких специальностей как «психология», «социальная педагогика», «социальная работа». На семинарских занятиях были освещены такие темы, как раскрытие домашнего насилия, его профилактика, последствия, принципы работы с пострадавшими и какие существуют барьеры для реализации вторичной профилактики.<sup>2</sup>

На конференции «Профилактика кризисов и конфликтов в семье, семейного насилия» рассматривалась деятельность, направленная на профилактику кризисов в семье, семейного насилия, раннего семейного неблагополучия. В ходе работы заключались договора с семьями о помощи и сотрудничестве. Это помогло выявить, кто нуждается в поддержке. В ходе были созданы такие отделения как службы сопровождения семей с детьми, отделения дневного пребывания. Пересмотрены штатные расписания учреждений, введены в штаты дополнительные должности социального педагога и педагога-психолога. Функции учреждений расширяются, на первое место выходит профилактическая работа с семьями. Создание служб сопровождения семей с детьми призвано выявлять семейное неблагополучие на ранних стадиях, своевременно оказывать социальную помощь семье [85].

Во многих городах созданы и функционируют вневедомственные учреждения - кризисные центры. Кризисные центры – это организации, которые работают над решением проблем насилия в отношении женщин и детей, включая физические, психологические, сексуальные, эмоциональные, экономические аспекты данной проблемы. К специализированным учреждениям социального обслуживания относятся:

- консультативно-профилактические центры (кризисные центры);
- центры социальной помощи семье и детям;
- социальные приюты для детей и подростков;
- социальные гостиницы для пострадавших от насилия (убежища);
- центры социального обслуживания пожилых людей, инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья (отделения дневного пребывания);



- социально-реабилитационные центры для детей и иных категорий лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- предприятия и учреждения милосердия (хосписы) [34].

Задачи психологического консультирования женщин – «жертв» насилия включают: стабилизацию эмоционального состояния клиентки; исследование проблемы, выявление источников поддержки; организацию принятия решения об изменении ситуации (уход от супруга, временное или постоянное раздельное проживание, развод, сохранение статус-кво, переговоры с супругом, совершающим насильственные действия, использование посредничества, обращение в правоохранительные органы для защиты и т.д.) и составление плана действий. Важной составной частью плана действий является «индивидуальный план безопасности». Разработка такого плана подразумевает: обсуждение круга лиц, к которым следует обращаться в случаях насилия (соседи, милиция, свидетели); определение убежища, где можно укрыться и получить необходимые для жизни средства (друзья, родственники, кризисные центры); мобилизацию необходимых ресурсов для экстренной эвакуации в случае насилия (документы, деньги, необходимые вещи, лекарства, детские игрушки); разработку плана превентивной сепарации детей в случае угрозы насилия с тем, чтобы они не стали средством шантажа клиента или объектом агрессии со стороны супруга [77].

Кризисные центры оказывают действенную помощь пострадавшим, стремятся изменить общественное мнение к проблеме насилия, оказать влияние на законодательную и исполнительную власть по применению механизмов защиты граждан от насилия.

Рассмотрим следующие подходы к коррекции насильственного поведения, применяемого в семье.

Коррекционные подходы, основанные на теории привязанности, направлены на укрепление безопасных привязанностей между насильником и его близкими (партнер, дети, родители).

Когнитивно-поведенческий подход заключается в обучении насильников новым моделям ненасильственного мышления и поведения.

Феминистская модель коррекции построена на обучении мужчин относительно влияния социальных и культурных норм и на ресоциализации через привитие ненасильственных равных отношений с партнером [61].

Для предотвращения отрицательных явлений в семье используется семейная терапия. Она предполагает терапевтическое воздействие на семью и работу с семьей, направленную на изменение ситуации в семье, которая привела к различного рода отклонениям. В семейно-центрированном подходе, предполагающем ориентацию на внутренние ресурсы семьи и направлена на формирование у населения семейных ценностей и социальной активности в отношении поддержания психосоциального благополучия семьи.

На этом этапе также важна совместная работа специалистов различных сфер деятельности – врачей, психологов, социальных работников, юристов, работников правоохранительной сферы. Таким образом, осуществляется формирование межпрофессиональной команды. Она характеризуется более высоким уровнем согласованности и координации действий, так как и обсуждение случаев, и встречи с клиентами, и определение плана работы осуществляются здесь коллективно. Это наиболее перспективное направление в плане координации услуг, используемое в работе с клиентами. Междисциплинарная команда характеризуется акцентированием внимания на определенном порядке взаимодействия, а регулярные встречи позволяют подробней и тщательней осуждать каждый случай. Отношения с семьей закрепляются контрактом (договором), в котором определено, какие услуги и на каких условиях будут оказываться. Наличие специалистов разного профиля позволяет производить максимально точную экспертную оценку семейной ситуации, предлагать большой выбор услуг и успешно преодолевать возникающие межведомственные барьеры. Применяя интерактивный подход, в рамках которого служба активно действует, с тем

чтобы оказывать семье более качественные услуги, команда может вступать во взаимодействие с различными службами или передавать им (пусть и на время) роль лидера в оказании адресной помощи и поддержки семье [40].

В ходе анализа литературы по профилактике насилия в семье было выявлено что:

в настоящее время профилактика психологического насилия не является объектом государственной политики и не входит в рамки общего и специального предупреждения данного явления. В то время, как меры противодействия физическому и сексуальному насилию достаточно разработаны с точки зрения, как Уголовного кодекса, так и специализированной деятельности осуществляемой кризисными центрами;

основной проблемой в профилактике психологического насилия в семье является то, что насилие носит достаточно скрытый от посторонних глаз характер. Таким образом, первостепенной задачей профилактической деятельности по предупреждению психологического насилия в семье является информирование как общества в целом, так и работа с конкретными семьями;

наиболее эффективным направлением предотвращения насилия в супружеских отношениях являются меры ранней профилактики, что позволит уменьшить риск возникновения психологического насилия в семьях «группы риска»;

профилактика должна быть адресована не только женщинам, но и мужчинам и направлена на формирование эгалитарных взаимоотношений, так как вероятность проявления супружеского насилия выше в семьях, где муж или оба супруга исходят из идеи мужского главенства;

профилактическая работа должна представлять собой ряд целенаправленных комплексных мероприятий, проводимых систематически и использующих как традиционные, так и новые технологии. Таким образом, профилактика психологического насилия может оказать помощь и поддержку различным категориям семей, детей и молодежи;

главным образом профилактическая деятельность осуществляется в рамках детско-родительских взаимоотношений, что в свою очередь способствует уходу от рассмотрения проблемы насилия в супружеских отношениях, которые в свою очередь задают общий тон функционирования семьи;

ключевым элементом планирования действий по преодолению психологического насилия в семье должен стать комплекс эффективных и всесторонних профилактических мер, центрированных и ориентированных на семью, который основывается на межведомственном сотрудничестве и координации с обязательным участием органов управления и учреждений здравоохранения, образования, социальной защиты, правоохранительных органов.

## **ВЫВОДЫ ПО ПЕРВОЙ ГЛАВЕ**

Проведя теоретический анализ литературы по проблеме психологического насилия в супружеских отношениях, нами были сделаны следующие выводы.

Психологическое насилие в супружеских отношениях – это тип межличностного взаимодействия, который носит скрытый характер, и предполагает установление отношений неравенства, в основу, которых заложено принудительное действие, осуществляющееся через деструктивные формы влияния и отреагирования, влекущее к возникновению психологической травматизации.

Психологическое насилие состоит из следующих друг за другом инцидентов, подкрепленных выплеском агрессии в различных ее проявлениях, эмоциональным давлением, контролем и манипуляцией.

Психологическое насилие пагубно воздействует как на субъектов деструктивного супружеского взаимодействия, так и на членов семьи, находящихся в условиях угнетенной семейной обстановки.

Нарушения, возникающие после непосредственного психологического насилия, затрагивают все уровни функционирования, что приводит к стойким отрицательным личностным изменениям.

Таким образом, существует необходимость в создании программы по ранней профилактике супружеского психологического насилия ключевым элементом, которой должен стать комплекс эффективных и всесторонних профилактических мер, центрированных и ориентированных на формирование установки гармоничных супружеских отношений, так как именно они являются основой функционирования семьи.

## **ГЛАВА II. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФЕНОМЕНА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО НАСИЛИЯ В СУПРУЖЕСКИХ ОТНОШЕНИЯХ**

### **2.1. Организация и методы исследования феномена психологического насилия в супружеской диаде**

Целью эмпирического исследования является эмпирическое обоснование, разработка, апробация и выявление эффективности программы ранней профилактики психологического насилия в супружеских отношениях.

Эмпирические задачи исследования определяются следующим образом:

1. Провести исследование для выявления распространенности феномена психологического насилия в супружеских взаимоотношениях.
2. Обработать и интерпретировать результаты первичного исследования.

3. Разработать и реализовать программу ранней профилактики психологического насилия в супружеских отношениях.

4. Провести вторичную диагностику и выявить эффективность программы ранней профилактики психологического насилия в супружеских отношениях.

Этапы работы:

1) Провести обследование 30 супружеских пар, с целью выявления распространенности феномена психологического насилия в супружеских взаимоотношениях.

2) Методом попарного отбора сформировать контрольную и экспериментальную группы.

3) Провести сравнительный анализ данных контрольной и экспериментальной групп, до проведения программы ранней профилактики психологического насилия в супружеских отношениях.

4) Разработать программу ранней профилактики психологического насилия в супружеских отношениях.

5) Реализовать программу ранней профилактики психологического насилия в супружеских отношениях на экспериментальной группе.

6) Провести сравнительный анализ данных контрольной и экспериментальной групп, после проведения программы ранней профилактики психологического насилия в супружеских отношениях.

7) Апробировать эффективность программы ранней профилактики психологического насилия в супружеских отношениях.

8) Обобщить результаты исследования, сделать выводы.

В исследовании принимало участие 30 супружеских пар (60 человек), в возрасте от 24 - 60 лет, проживающих в различных регионах Российской Федерации: Самарская область, Свердловская область, Челябинская область.

В соответствии с поставленной целью эмпирического исследования нами были подобраны диагностические методики, которые позволяют выявить маркеры психологического насилия в супружеских отношениях.

Специфика выбора диагностического инструментария по проблеме психологического насилия в супружеских отношениях представлена в таблице 1.

Таблица 1

Обоснование подбора диагностического инструментария по проблеме психологического насилия в супружеских отношениях			
Проявления психол. насилия	Маркеры психологического насилия		Диагностический инструментарий
Поведенческие	Угрозы физическому здоровью. Чрезмерное контролирование физической свободы. Общая дестабилизация (запугивание, унижения, изоляция, монополизация). Доминирование/контроль поведения. Неадекватное разрешение супружеских проблем.		Шкала социальной репрезентации психологического насилия в супружеских отношениях Д. Р. Фоллингтад, Д. Д. Дихарт.
	Чрезмерная подозрительность. Негативизм		Опросник агрессивности А. Басса- А. Дарки.
Личностные	Уровень (высокий, средний) подверженности риску психологической травмы.		Шкала оценки психологического насилия в супружеских отношениях Д. Дж. Сонкина, модификация И. А. Фурманова.
	<b>Агрессор:</b> Высокий уровень самоуважения, аутосимпатии, саморуководства, самоуверенности. Чрезмерный самоинтерес. Низкий уровень самообвинения.	<b>Жертва:</b> Низкий уровень самопринятия, саморуководства, самопонимания, самоуверенности, аутосимпатии, самоинтереса. Высокий уровень самообвинения.	Опросник самоотношения В. В. Столина, С. Р. Пантелеева.
Эмоциональные	<b>Агрессор:</b> Высокий уровень раздражения, косвенной и вербальной агрессии. Отсутствие чувства вины.	<b>Жертва:</b> Высокий уровень раздражения, косвенной и вербальной агрессии. Чрезмерное чувство вины и обиды.	Опросник агрессивности А. Басса- А. Дарки.

	Негативное отношение к себе и к партнеру по браку. Положительное отношение к собственному поведению, связанному с применением эмоционального отвержения, коммуникативного контроля, контроля свободы выбора, эмоционального шантажа, ограничений свободы выбора, необоснованной ревности, унижения, угрозы наказания.	Цветовой тест отношений А. М. Эткинда.
В межличностных отношениях	Стратегии поведения супругов в конфликтных ситуациях (активная негативная реакция, пассивная негативная реакция).	Методика выявления характера взаимодействия супругов в конфликтной ситуации Ю. А. Алешиной, Л. Я. Гозмана, Е. М. Дубовской.
	Чрезмерная коммуникативная (завуалированная и открытая) жестокость. Брюзжание. Преобладание негативного личного опыта во взаимодействии с окружающими. Негативная коммуникативная установка.	Диагностика коммуникативной установки В. В. Бойко.

### **1. Шкала социальной репрезентаций психологического насилия в супружеских отношениях Д. Р. Фоллингстад, Д. Д. Дихарт.**

Цель методики - выявление форм психологического насилия, применяемых во взаимодействии супругов.

Представленная методика диагностики социальных репрезентаций различных форм психологического насилия представляет собой адаптированный и модифицированный нами опросник, разработанный Д.Р.Фоллингстад и Д.Д.Дихарт [101], для изучения представлений о понятии психологического насилия.

Опросник включает в себя 102 суждения, в совокупности составляющих 5 шкал:

- 1) угрозы физическому здоровью— 1–4 суждение;
- 2) чрезмерное контролирование физической свободы (изоляция, ограничения, унижения)— 5–8 суждение;



3) общая дестабилизация (запугивание, унижения, изоляция, монополизация)– 9–27 суждение;

4) доминирование/контроль поведения (ревность, подозрения, изоляция, ограничения, монополизация, контролирование, эмоциональный отказ/шантаж, вербальная агрессия, высокомерие)– 28–83 суждение;

5) неадекватное разрешение супружеских проблем (ригидное следование гендерной роли, отказ от исполнения гендерной роли)– 84–102 суждение.

Необходимость модификации опросника была связана с тем, что, с нашей точки зрения, в супружеских отношениях исполнение роли определяется не только представлениями о собственном поведении, но и представлениями о поведении супруга. Именно поэтому респондентам предлагается заполнить две формы. Форма А предназначена для оценки форм психологического насилия с позиции жены, а форма В – с позиции мужа. Оценка производится по трехбалльной шкале: «нет» – 1 балл, «возможно» – 2 балла, «да» – 3 балла [102].

Нами была проведена модификация данной методики, которая заключающаяся в изменении инструкции: Этот опросник посвящен изучению особенностей взаимоотношений между супругами в семье. Вам предстоит оценить эти отношения с двух позиций (*Форма А* – с позиции жены и *Форма В* – с позиции мужа) и ответить на вопрос: «Применяются ли данные действия в вашей семье?». Данное изменение было введено для того, чтобы респонденты говорили не об умозрительной допустимости насилия в супружеских отношениях, а о конкретных проявлениях насилия, которые они видят в своей семье.

## **2. Шкала оценки психологического насилия в супружеских отношениях Д. Дж. Сонкина, модификация И. А. Фурманова.**

Цель - оценка уровня риска нанесения психологической травмы.

Для разработки данной шкалы использовался адаптированный автором опросник Д. Дж. Сонкина, который предполагал оценку и описание феномена

психологического насилия по 17 диагностическим критериям, сгруппированных в 3 большие категории :

Категория А. Высокий риск психологической травмы – Преступное поведение. Она включает угрозы причинить повреждения или сильно избить; угрозы оружием, угрозы убийства партнера, членов семьи, других людей или самого себя и терроризирование этим, преследование, приставание в агрессивной и высокомерной манере.

Категория В. Умеренный риск психологической травмы –Запугивающее поведение. Она включает угрозы изоляции (запреты на встречи и общение с друзьями или членами родительской семьи; принуждение оставаться дома или запрещение покидать дом без сопровождения партнера; ограничение возможности получения психологической и финансовой поддержки от членов родительской семьи, родственников или друзей); действия, представляющие угрозу самочувствию и приводящие к истощению (лишение возможности заснуть, принуждение бодрствовать всю ночь в течение ссоры; пробуждение, поднятие с постели для выяснения отношений или совершения физического или сексуального насилия; принуждение делать всю работу по дому; создание помех нормальному отдыху и лишение личного времени; принуждение играть роль прислуги, лишение возможности заботиться о детях); сверхконтроль (проявление патологической ревности; потребность знать, где супруга находится все время и с кем с ней; обвинения в том, что она проводит время с другими людьми; стремление посмотреть на этих людей или познакомиться с ними; слежка; управление финансами таким образом, чтобы супруг/а не могла бросить партнера (была полностью зависимой), преследование ее после разделения имущества или развода); словесные унижения, оскорбления, обзывания, отрицание прав и непризнание авторитета и ценности; принуждение к употреблению или поощрение употребления алкоголя, наркотиков или других лекарственных и химических препаратов; использование запугивания (включая агрессивные жесты и

мимику, разбивание вещей, разрушение собственности, насилие над домашними животными).

Категория С. Низкий риск психологической травмы – Дисфункциональное поведение. Она включает использование мужского (женского) привилегированного положения (требование подбострастия; отношение как к прислуге; сохранение за собой последнего слова; следование устойчивой полоролевой позиции в пределах семьи, четкое разделение ролей мужчины и женщины); использование детей как аргумента в споре (апелляция к их мнению, демонстрация заботы об их здоровье и благополучии в большей мере, чем другой супруг и пр.); обесценивание, игнорирование, отказы и обвинения (легкомысленное отношение к насилию, не придание этому значения, смещение ответственности за насилие на партнера); искажение осознания реальности (попытки убедить партнера, что он/она сумасшедшая, слышит или видит вещи, которые не случались, или что он/она не может жить друг без друга); отказ в положительном подкреплении (похвале, комплиментах, ласковых словах и пр.); угроза нефизического наказания за несоблюдение требований, дистанцирование (эмоциональная холодность, отказ в сексуальной близости); эпизодическая снисходительность (ситуативное поведение, сопровождающееся любовью, чувственностью, терпимостью, а также действиями типа «преподнесения подарка», выступления в роли «дарителя» и продолжающееся в течение короткого периода времени до той поры пока старые модели поведения не возобновятся снова).

Оценка всех 17 форм психологического насилия осуществлялась по пятибалльной шкале («Никогда», «Однажды», «Изредко», «Неоднократно», «Множественно») [101].

### **3. Опросник агрессивности А. Басса-А. Дарки.**

Цель опросника - диагностики агрессивных и враждебных реакций.

Основные показатели данного опросника такие как вербальная агрессия, косвенная агрессия, раздражение и т. д., являются маркерами

психологического насилия, именно поэтому нами был выбран опросник А. Басса-А. Дарки.

Опросник А. Басса - А. Дарки (Buss-Durkey Inventory) разработан в 1957 г. и предназначен для диагностики агрессивных и враждебных реакций. Под агрессивностью понимается свойство личности, характеризующееся наличием деструктивных тенденций, в основном в области субъектно-объектных отношений. Враждебность понимается как реакция, развивающая негативные чувства и негативные оценки людей и событий. Создавая свой опросник, дифференцирующий проявления агрессии и враждебности, А. Басс и А. Дарки выделили следующие виды реакций:

1. Физическая агрессия – использование физической силы против другого лица.

2. Косвенная – агрессия, окольным путем направленная на другое лицо или ни на кого не направленная.

3. Раздражение – готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).

4. Негативизм – оппозиционная манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.

5. Обида – зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия.

6. Подозрительность – в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и приносят вред.

7. Вербальная агрессия – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы).

8. Чувство вины – выражает возможное убеждение субъекта в том, что он является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущаемые им угрызения совести [79].

#### **4. Методика выявления характера взаимодействия супругов в конфликтной ситуации Ю. А. Алешиной, Л. Я. Гозмана, Е. М. Дубовской.**

Цель методики – выявление стратегий поведения супругов в конфликтных ситуациях.

Так как акт психологическое насилие наиболее остро протекает именно в ситуации конфликта, показатели данной методики позволяют выявить особенностей конфликтного взаимодействия в супружеской паре, которыми являются: активность (или пассивность) в ситуации конфликта и согласие (или несогласие) с партнером по взаимодействию.

Методика представляет собой 32 ситуации семейного взаимодействия, которые носят конфликтный характер. В качестве ответа респондентам предлагается шкала возможных реакций на определенную ситуацию, в которую заложены два признака: активность или пассивность реакции и согласие или несогласие с супругом (т.е. позитивность или негативность реакции) [107].

#### **5. Диагностика коммуникативной установки В. В. Бойко.**

Одним из индикаторов психологического насилия выступает нарушение коммуникации во взаимодействии партнеров. Методика диагностика коммуникативной установки В. В. Бойко позволяет определить наличие и степень выраженности негативных коммуникативных установок, отражающих готовность недоброжелательно относиться к большинству окружающих. Установка, будучи сформированной в одной сфере, переходит на другие, в том числе и на супружеские отношения, что в свою очередь негативно сказывается на взаимоотношениях супругов и может привести к возникновению психологического насилия в отношениях.

К таким видам установок относятся: завуалированная жестокость в отношениях к людям, в суждениях о них; открытая жестокость в отношениях к людям; брюзжание, т. е. склонность делать необоснованные обобщения негативных фактов в области взаимоотношений с партнерами и в наблюдении за социальной действительностью. Кроме этого, методика позволяет выявить

негативный личный опыт общения с окружающими. Опросник состоит из 25 суждений, необходимо ответить «да» или «нет», выражая согласие или несогласие с ними [111].

#### **6. Опросник самоотношения В. В. Столина, С. Р. Пантелеева.**

Методика предназначена для выявления структуры самоотношения личности, а также выраженности отдельных компонентов самоотношения: самоуверенность, отношение других, самопринятие, саморуководство, самопоследовательность, самообвинение, самоинтерес, самопонимание.

ОСО построен в соответствии с разработанной В. В. Столиным иерархической моделью структуры самоотношения. Данная версия опросника позволяет выявить три уровня самоотношения, отличающихся по степени обобщенности:

- 1) глобальное самоотношение;
- 2) самоотношение, дифференцированное по самоуважению, аутосимпатии, самоинтересу и ожиданиям отношения к себе;
- 3) уровень конкретных действий (готовностей к ним) в отношении к своему "Я". В качестве исходного принимается различие содержания "Я-образа" (знания или представления о себе, в том числе и в форме оценки выраженности тех или иных черт) и самоотношения.

Опросник включает следующие шкалы:

Шкала S – измеряет интегральное чувство "за" или "против" собственно "Я" испытуемого.

Шкала I – самоуважение. Речь идет о том аспекте самоотношения, который эмоционально и содержательно объединяет веру в свои силы, способности, энергию, самостоятельность, оценку своих возможностей, контролировать собственную жизнь и быть самопоследовательным, понимание самого себя.

Шкала II – аутосимпатия. В содержательном плане шкала на позитивном полюсе объединяет одобрение себя в целом и в существенных частностях, доверие к себе и позитивную самооценку, на негативном полюсе, – видение в себе по преимуществу недостатков, низкую самооценку, готовность к самообвинению. Пункты свидетельствуют о таких

эмоциональных реакциях на себя, как раздражение, презрение, издевка, вынесение самоприговоров ("и поделом тебе").

Шкала III – ожидаемое отношение от других. Отражающих ожидание позитивного или негативного отношения к себе окружающих.

Шкала IV – самоинтерес. Отражает меру близости к самому себе, в частности интерес к собственным мыслям и чувствам, готовность общаться с собой "на равных", уверенность в своей интересности для других.

Опросник содержит также семь шкал направленных на измерение выраженности установки на те или иные внутренние действия в адрес "Я" испытуемого.

Шкала 1 – самоуверенность.

Шкала 2 – отношение других.

Шкала 3 – самопринятие.

Шкала 4 – саморуководство, самопоследовательность.

Шкала 5 – самообвинение.

Шкала 6 – самопонимание [26].

#### **7. Цветовой тест отношений. А. М. Эткинда.**

Методика разработана А. М. Эткингом и базируется на предположении, что существенные компоненты невербальных компонентов отношений к самому себе, к партнеру по браку отражаются в цветовых ассоциациях к ним. А так же выявляет отношение человека к ситуации психологического насилия.

Используется набор цветных карточек из теста Люшера, обозначаемых цифрами: 0 - серый, 1 - синий, 2 - зеленый, 3 - красный, 4 - желтый, 5 - фиолетовый, 6 - коричневый, 7 - черный цвета [111].

## **2.2. Анализ первичных результатов исследования феномена психологического насилия в супружеских отношениях**

В настоящем параграфе нами будет описана распространенность феномена психологического насилия в супружеских взаимоотношениях.

В исследовании принимало участие 30 супружеских пар (60 человек), в возрасте от 24 - 60 лет, проживающих в различных регионах Российской Федерации: Самарская область, Свердловская область, Челябинская область.

*Процентное соотношение по «Шкале социальных репрезентаций психологического насилия в супружеских отношениях» Д. Р. Фоллингтад, Д. Д. Дихарт.*

При первичной обработке данных эмпирического исследования распространенности феномена психологического насилия в супружеских взаимоотношениях были получены сырые баллы, которые были переведены в проценты и представлены в гистограмме (рис.№1).



*Шкала социальной репрезентаций психологического насилия  
в супружеских отношениях Д. Р. Фоллингетада, Д. Д.  
Дихарта.*

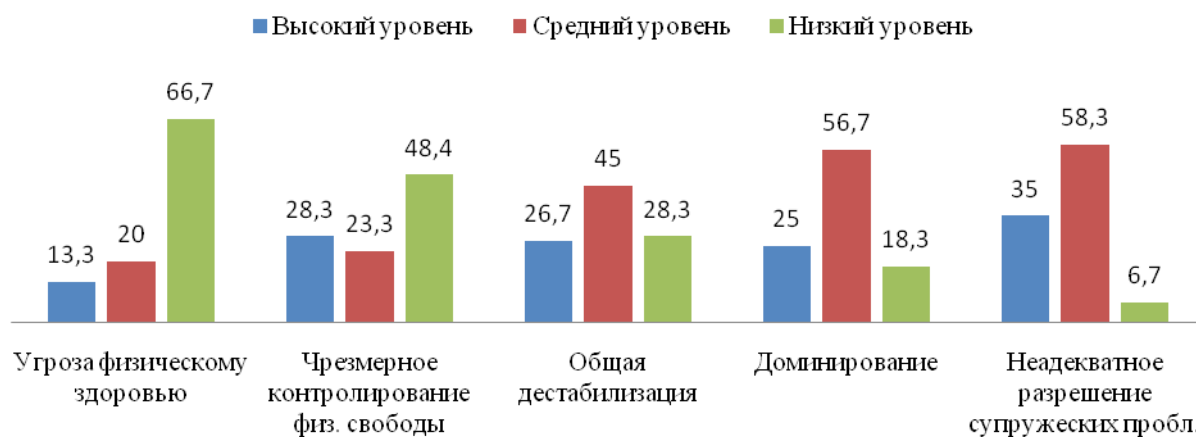


Рис. № 1 Процентное соотношение данных по шкале социальной репрезентаций психологического насилия в супружеских отношениях

Из рис. № 1 видно, что по шкале «Угроза физическому здоровью» на начало исследования из 60 супругов 8 (13,3%), подвержены высокой угрозе нанесения вреда физическому здоровью, у 12 супругов (20%) наблюдается средний уровень угрозы физическому здоровью, и 66,7% обладают низким уровнем угрозы физическому здоровью.

По шкале «Чрезмерное контролирование физической свободы» на начало исследования 17 супругов (28,3%) неспособны самостоятельно принимать решения согласно собственным убеждениям, 14 супругов (23,3%) имеют, средний уровень контроля физической свободы, то есть действия, осуществляемые супругом, строятся на основе предпочтений партнера, ущемляя собственные интересы. У 48,4% супругов наблюдается низкий уровень контроля физической свободы, т. е. деятельность строится на основе собственных убеждений.

По шкале «Общая дестабилизация» у 16 супругов (26,7%) из 60 взаимодействие с партнером строится на основе унижения и принуждения. У 27 (45%) супругов наблюдается средний уровень дестабилизации, т. е. деятельность одного из супругов направленная на унижение и принуждение

осуществляется при определенных условиях. У 28,3% супругов наблюдается низкий уровень дестабилизации, что свидетельствует о преобладании во взаимодействии с супругом взаимоуважения.

По шкале «Доминирование/контроль поведения» начало исследования 17 супругов (28,3%) повержены тотальному контролю со стороны партнера, который реализуется через подозрительность, ревность, изоляцию, ограничения, эмоциональный отказ/шантаж, вербальную агрессию. У 34 супругов (56,7%) наблюдается средний уровень контроля поведения, т. е. данные действия осуществляются при определенных условиях. У 18,3% супругов наблюдается низкий уровень контроля поведения, т. е. взаимодействие с супругом строится на основе доверия.

По шкале «Неадекватное разрешение супружеских проблем» у 21 супруга (35%) взаимодействие с партнером строится на основе предпочтений одного из супругов, в ущерб интересам другого. У 35 супругов (58,3%) наблюдается средний уровень неадекватного разрешения супружеских проблем, т. е. супруги способны идти на компромисс, но только при определенных условиях. У 4 супругов (6,7%) наблюдается низкий уровень неадекватного разрешения супружеских проблем, что свидетельствует о преобладании во взаимодействии между супругами равноправия.

*Процентное соотношение по «Шкале оценки психологического насилия в супружеских отношениях» Д. Дж. Сонкина, модификация И. А. Фурманова на начало исследования.*

При первичной обработке данных распространенности психологического насилия в супружеских отношениях, были получены сырые баллы, которые были переведены в проценты и представлены в гистограмме (рис. №2).

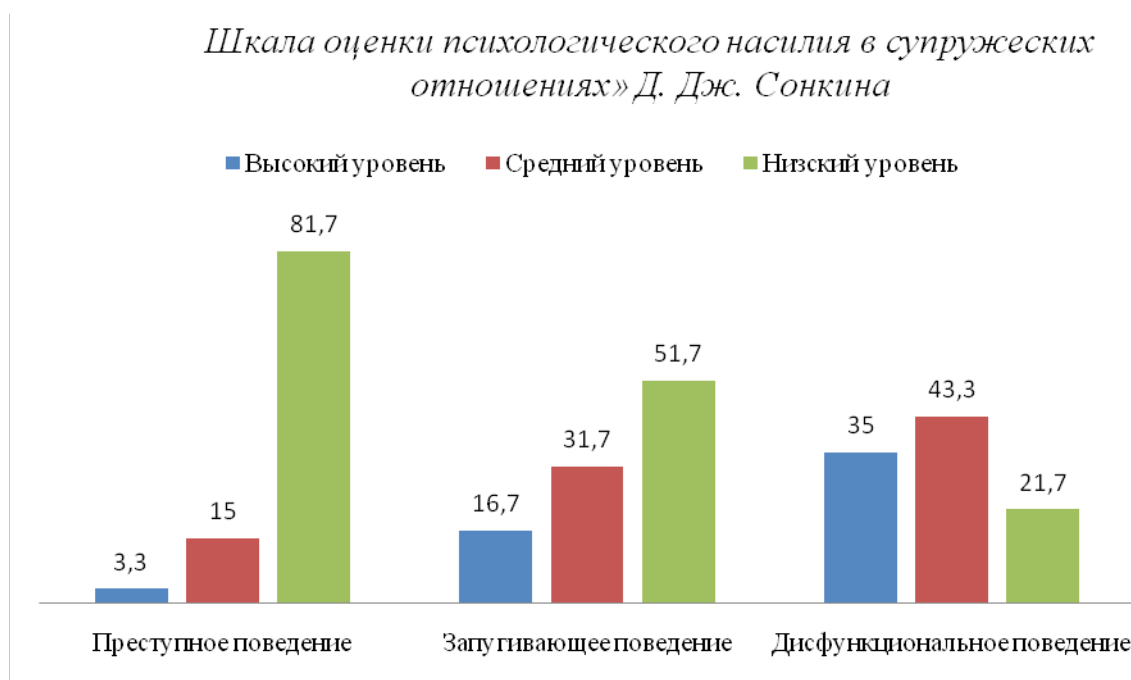


Рис. № 2 Процентное соотношение данных по шкале оценки психологического насилия в супружеских отношениях» Д. Дж. Сонкина.

Из рис. № 2 видно, что по шкале «Преступное поведение» у 2 супругов (3,3%) имеется высокий риск психологической травмы, т. е. по отношению к ним применяются: угрозы причинить повреждения или сильно избить; угрозы оружием, угрозы убийства партнера, членов семьи, других людей или самого себя и терроризирование этим, преследование, приставание в агрессивной и высокомерной манере. У 9 супругов (15%) наблюдается умеренный риск психологической травмы, т. е. преступное поведение реализуется со стороны партнера при определенных условиях. У 81,7% супругов преступному поведению не подвержены, что свидетельствует о низком риске получения психологической травмы.

По шкале «Запугивающее поведение» у 10 супругов (16,7) наблюдается высокий риск психологической травмы, т. е. по отношению к ним могут применяться: угрозы изоляции, действия, представляющие угрозу самочувствию и приводящие к истощению; сверхконтроль; словесные унижения, оскорбления, обзывания, отрицание прав и непризнание авторитета и ценности; принуждение к употреблению или поощрение употребления алкоголя, наркотиков или других лекарственных и химических

препаратов; использование запугивания. У 19 супругов (31,7%) обнаруживается умеренный риск психологической травмы, т. е. запугивающее поведение реализуется со стороны партнера при определенных условиях. У 31 супругов (51,7%) запугивающему поведению не подвержены, что свидетельствует о низком риске получения психологической травмы.

По шкале «Дисфункциональное поведение» у 21 супруга (35%) наблюдается высокий риск психологической травмы, т. е. по отношению к ним могут применяться: использование мужского (женского) привилегированного положения; использование детей как аргумента в споре; обесценивание, игнорирование, отказы и обвинения; искажение осознания реальности; отказ в положительном подкреплении; угроза нефизического наказания за несоблюдение требований, дистанцирование; эпизодическая снисходительность. У 26 супругов (43,3%) обнаруживается умеренный риск психологической травмы, т. е. дисфункциональное поведение реализуется со стороны партнера при определенных условиях. У 13 супругов (21,7%) наблюдается низкий риск получения психологической травмы, что свидетельствует о преобладании адекватных способах взаимодействия между супругами, основанных на равноправии, удовлетворении потребностей и интересов обоих супругов.

*Процентное соотношение по методике выявления характера взаимодействия супругов в конфликтной ситуации Ю. А. Алешиной, Л. Я. Гозмана, Е. М. Дубовской.*

При первичной обработке данных о характере взаимодействия супругов в конфликтной ситуации, были получены сырые баллы, которые были переведены в проценты и представлены в таблице 2.

Таблица 2

Процентное соотношение компонентов взаимодействия супругов в конфликтной ситуации	
Шкала	Показатели в %

	Активная реакция	Пассивная реакция	Позитивная реакция (согласие с партнером)	Негативная реакция (несогласие с партнером)
Отношения с родственниками и друзьями	20%	80%	58,3%	41,7%
Воспитание детей	30%	70%	50%	50%
Проявление автономии одним из супругов	35%	65%	38,3%	61,7%
Нарушение ролевых ожиданий	20%	80%	60%	40%
Рассогласование норм поведения	30%	70%	50%	50%
Проявление доминирования одним из супругов	26,7%	73,3%	26,7%	73,3%
Проявление ревности	30%	70%	41,7%	58,3%
Разногласия в отношении к деньгам	28,3%	71,7%	53,3%	46,7%

Анализируя таблицу 2 можно сделать вывод, что наибольшее количество «высоких» значений были набраны по шкалам «Воспитание детей», «Проявление автономии одним из супругов», «Проявление ревности», «Разногласия в отношении к деньгам», «Рассогласование норм поведения», что свидетельствует о том, что при возникновении конфликта в одной из данных сфер противостояние между супругами оценивается, как активные действия, при которых каждый защищает свою позицию, настаивает на своем. Пассивная реакция у супругов наблюдается по шкалам «Отношения с родственниками и друзьями», «Нарушение ролевых ожиданий», что свидетельствует о том, что при возникновении спорных вопросов в одной из данных сфер, супруги не отстаивают свою точку зрения, стремясь погасить конфликт.

Позитивная реакция, т. е. согласие с мнением партнера, наблюдается по шкалам «Нарушение ролевых ожиданий», «Отношения с родственниками

и друзьями», т. е. супруги удовлетворены взаимоотношениями, реализующимися в данных сферах, полагаются на мнение партнера.

Негативная реакция, т. е. несогласие с мнением партнера, наблюдается по шкалам «Воспитание детей», «Проявление автономии одним из супругов», «Проявление доминирования одним из супругов», т. е. супруги не удовлетворены взаимоотношениями, реализующимися в данных сферах.

*Процентное соотношение данных по опроснику агрессивности А. Басса- А. Дарки.*

При первичной обработке данных по методике А. Басса- А. Дарки, были получены сырые баллы, которые были переведены в проценты и представлены в гистограмме 3.

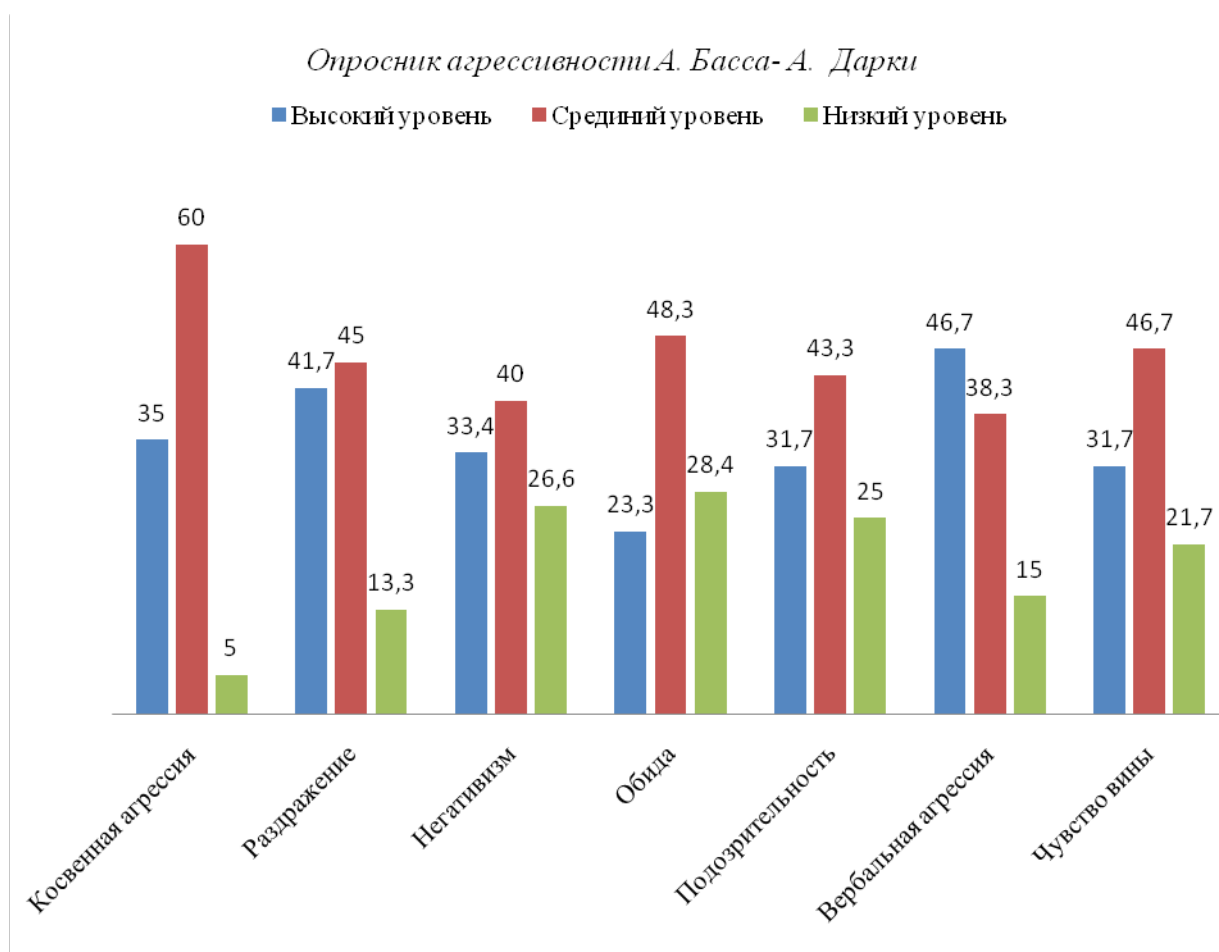


Рис. № 3 Процентное соотношение данных опросника агрессивности А. Басса- А. Дарки.

Из рисунка № 3 можно проследить общую тенденцию возрастания показателей, характеризующих агрессивное поведение, так например, шкалы «Раздражение», т. е. готовность супруга к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость) – высокий уровень 35% (средний уровень – 45%), «Негативизм», т. е. оппозиционная манера в поведении супруга от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов - высокий уровень 33,4% (средний уровень 40%), «Подозрительность», т. е. недоверие партнера и осторожность по отношению к супругу, а так же убежденность в том, что супруг/а приносят вред - высокий уровень 31,7% (средний уровень- 43,3%), «Чувство вины», т. е. выражает возможное убеждение супруга/у в том, что он/а является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущаемые им угрызения совести.

Кроме того, высокий уровень наблюдается по шкале «Вербальная агрессия», что свидетельствует о том, что выражение негативных чувств по отношению к супругу осуществляется, как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы). Так же присутствуют и усредненные показатели такие как - шкала «Косвенная агрессия», т. е. агрессия, в зависимости от ситуации может окольным путем быть направленная на другое лицо, или ни на кого не направленная, таким образом конфликт в супружеской паре переходит и на третье лицо, в том числе и ребенка. Показатели по шкале «Обида» так же имеют усредненное значение - 48,3%, т. е. зависть и ненависть может быть направлена, в зависимости от ситуации, на окружающих за действительные и вымышленные действия.

Таким образом, можно сделать вывод, что показатели агрессивного поведения возрастают, это может быть связано с тем, что на сегодняшний момент институт семьи, находится в условиях социально-семейного кризиса, заключающегося в значительном изменении брачно-семейной идеологии, взглядов мужчин и женщин на семейную жизнь, распределение ролей в

семье, супружескую верность, характер отношений между поколениями. В такой ситуации не каждая супружеская пара справляется со всеми трудностями, требующими мобилизации, адаптации к тем или иным социальным изменениям. В результате чего растут показатели вербальной агрессии, раздражения, чувство вины, подозрительности и т.д.

*Процентное соотношение данных по методике «Коммуникативная установка» В. Бойко.*

При первичной обработке данных видов по методике методике «Коммуникативная установка» В. Бойко, были получены сырые баллы, которые были переведены в проценты и представлены в гистограмме 4.



Рис. № 4 Процентное соотношение данных методики «Коммуникативная установка» В. Бойко.



Анализируя данную диаграмму можно проследить общую тенденцию усиления негативной коммуникативной установки у супругов, которая составляет 86,7%- высокий уровень, что в свою очередь отражается на взаимоотношениях с окружающими, в том числе и с супругом/ой.

Например, шкала «Завуалированная жестокость»- осуждение других, реализующуюся через сарказм, насмешки, издевки и т. д.- имеет высокий уровень, достигший 41,7%. Шкала «Открытая жестокость» - т. е. супруг не скрывает и не смягчает свои негативные оценки и переживания по поводу партнера - высокий уровень 28,3%. Шкала «Брюзжание», т. е. склонность делать необоснованные обобщения негативных факторов в области взаимоотношений с партнером - высокий уровень 35%. Шкала «Негативный личный опыт»- перенесение опыта на ближайший круг знакомых и партнеров по совместной деятельности - высокий уровень 41,7%.

Таким образом, можно сделать вывод, что супружеские отношения подвержены негативной коммуникативной установки, которая приобретает распространенность в «интимных» отношениях и реализуется через завуалированную жестокость, открытую жестокость, брюзжание, негативный личный опыт.

*Процентное соотношение данных по опроснику самооотношения В. В.Столина, С. Р. Пантелеева.*

При первичной обработке данных видов по опроснику самооотношения В. В. Столина, С. Р. Пантелеева, были получены сырые баллы, которые были переведены в проценты и представлены в таблице 3.

Таблица 3

Показатели выраженности отдельных компонентов самооотношения у супругов			
Компоненты самооотношения	Показатели в %		
	Высокий	Средние	Низкий
Шкала S	65%	28,3%	6,7%
Самоуважение	55%	18,3%	26,7%
Аутосимпатия	55%	28,3%	16,7%
Ожидаемое	13,3%	53,3%	33,4%

отношение от других			
Самоинтерес	53,3%	23,3%	23,4,%
Самоуверенность	43,3%	25%	31,7%
Отношение других	36,7%	26,7%	36,7%
Самопринятие	60%	26,7%	13,3%
Саморуководство	53,3%	28,3%	18,3%
Самообвинение	23,3%	10%	66,7%
Самоинтерес	61,7%	15%	23,3%
Самопонимание	48,3%	18,3%	33,4%

Анализируя таблицу 3 можно сделать вывод, что наибольшее количество «высоких» значений были набраны по шкалам «S» – 65%, что свидетельствует о том, что большинство супругов позитивно оценивают собственную личность, не видят в себе негативных качеств, полностью удовлетворены собственной личностью, превознося ее. По шкале «Самоуважение», так же наблюдаются высокие показатели - 55%, что свидетельствует о том, что большинство супругов верят в собственные силы, способности, энергию, самостоятельность, могут переоценить свои возможности, считают, что полностью контролирует свою жизнь. По шкале «Аутосимпатия» - высокие показатели - 55%, т. е. большинство супругов видят в себе по преимуществу только положительные качества, не готовы к самообвинению. По шкале «Ожидаемое отношение от других» - усредненные, а именно -53,3%, т. е. большинство супругов имеют адекватное представление, о том, как их могут воспринимать окружающие (позитивного или негативного). Супруги уверены в том, что они представляют интерес для других, а так же имеют неподдельный интерес к собственным мыслям и чувствам, готовы общаться с собой "на равных". По шкале «Самоинтерес» большинство супругов, а именно- 43,3%, имеют высокий уровень, т.е. довольны не только собой, а так же и своими начинаниями и достижениями, ощущает свою компетентность и способность решать многие жизненные вопросы. Препятствия на пути к достижению цели воспринимаются как преодолимые. Проблемы затрагивают неглубоко, переживаются

недолго. Кроме того, так же по шкале «Самоуверенность» 31,7% супругов, имеют низкий результат, что свидетельствует о том, что довольно большая часть супругов отражают неуважение к себе, связанное с неуверенностью в своих возможностях, с сомнением в своих способностях. Человек не доверяет своим решениям, часто сомневается в способности преодолевать трудности и препятствия, достигать намеченные цели. По шкале «Отношение от других» наблюдается преобладание, как высоких-36,7%, что свидетельствует об уверенности в том, что воспринимает себя принятым окружающими людьми. Он чувствует, что его любят другие, ценят за личностные и духовные качества, за совершаемые поступки и действия, за приверженность групповым нормам и правилам. Так же наблюдаются и низкие показатели-36,7%, что указывает на то, что большинство супругов относится к себе как к неспособному вызвать уважение у окружающих, как к вызывающему у других людей осуждение и порицание. Одобрение, поддержка от других не ожидаются. Большинство супругов - 60% принимают себя во всей полноте поведенческих проявлений. Общий фон восприятия себя положительный. Человек часто ощущает симпатию к себе, ко всем качествам своей личности. Свои недостатки считает продолжением достоинств. Неудачи, конфликтные ситуации не дают основания для того, чтобы считать, себя плохим человеком. Так же большинство супругов -53,3%, считают основным источником развития своей личности, регулятором достижений и успехов себя. Человек переживает собственное "Я" как внутренний стержень, который координирует и направляет всю активность, организует поведение и отношения с людьми, что делает его способным прогнозировать свои действия и последствия возникающих контактов с окружающими. У большинства супругов – 66,7%, обнаруживается тенденция к отрицанию собственной вины в конфликтных ситуациях. Защита собственного "Я" осуществляется путем обвинения преимущественно других, перенесением ответственности на окружающих за устранение барьеров на пути к достижению цели. Ощущение удовлетворенности собой сочетания с

порицанием других, поисками в них источников всех неприятностей и бед. Большинство супругов- 61,7%, высоко оценивают свой духовный потенциал, богатство своего внутреннего мира, склонны воспринимать себя как индивидуальность. Большинство супругов- 48,3%, способны обнаруживать смысл собственных поступков; способны отвечать на причинные вопросы о своем характере, мировоззрении, отношении к себе и другим людям, а также о том, как другие понимают его.

умение обнаруживать смысл поступков; способность отвечать на причинные вопросы о своем характере, мировоззрении, отношении к себе и другим людям, а также о том, как другие понимают его.

*Процентное соотношение данных по цветовому тесту отношений А. М. Эткинда.*

При первичной обработке данных видов по цветовому тесту отношений А. М. Эткинда, были получены сырые баллы, которые были переведены в проценты и представлены в таблице 4.

Таблица 4

Значимые люди/ситуации	Абсолютно принимаемый	Одобряемый	Отрицательно воспринимаемый	Абсолютно отвергаемый
Отношение к себе	50%	21,6 %	16,7%	11,7%
Отношение с супругу/е	41,7%	23,3%	25%	10%
Эмоциональное отвержение	35%	11,7%	23,3%	30%
Коммуникативный контроль	28,3%	14,7%	23,3%	23,7%
Контроль свободы выбора	40%	5%	22,7%	35,3%
Эмоциональный шантаж	31,7%	5%	20%	43,3%
Ограничение свободы выбора	26,7%	8,3%	36,7%	28,3%
Необоснованная ревность	38,3%	3,3%	28,3%	30%

Унижение	31,7%	3,3%	26,7%	38,3%
Угроза наказания	26,7%	10%	20%	43,3%

Анализируя таблицу 4 можно сделать вывод, что наибольшее количество «высоких» значений были набраны по шкалам «Отношение к себе»- 50%, что означает, что большинство супругов принимают себя во всей полноте поведенческих проявлений. Общий фон восприятия себя положительный. По шкале «Отношение к супругу/е», так же преобладают высокие показатели- 41,7%, но менее ярко выраженные, что свидетельствует о том, что партнер воспринимается положительно, со всеми недостатками и достоинствами. Большинство супругов в повседневной жизни могут прибегать к проявлениям психологического насилия, а конкретно – эмоциональному отвержению 35%, коммуникативному контролю 28,3%, контролю свободы выбора 35%, необоснованной ревности 38,3%. Так же можно выделить супругов, которые абсолютно отвергают применение некоторых форм психологического насилия, к ним относятся: унижения 38,3%, угроза наказания 43,3%, ограничения свободы выбора 28,3% (отрицательно воспринимаемые 36,7%), эмоциональный шантаж 43,3%.

Проанализировав распространенность психологического насилия, можно сделать вывод о том, что психологическое насилие все же достаточно распространенный феномен и присутствует почти в половине супружеских пар.

Таким образом, существует необходимость в разработке профилактических мероприятий, направленных на предупреждение психологического насилия в супружеских отношениях. Основной проблемой в профилактике психологического насилия в супружеских отношениях является то, что насилие носит скрытый от посторонних глаз характер, поэтому первостепенной задачей являются меры ранней профилактики и информирования.

Цель такой работы – формирование активного, адаптивного, высоко функционального жизненного стиля, который обеспечивает реализацию прав, удовлетворение потребностей и интересов и формирование психологической установки на гармоничные семейные отношения.

#### Математический анализ результатов исследования

Для осуществления программы ранней профилактики психологического насилия в супружеских отношениях нами были сформированы контрольная и экспериментальная группы, методом попарного отбора.

Для подтверждения отсутствия различий в сформированных группах, мы применили метода математической статистики – U-критерий Манна-Уитни.

*Обработка первичных данных по «Шкале социальных репрезентаций психологического насилия в супружеских отношениях» Д. Р. Фоллингтад, Д. Д. Дихарт по критерию U-критерий Манна-Уитни для двух независимых выборок.*

Данные математической обработки представлены в таблице № 5.

Таблица 5

Результаты сравнение двух независимых выборок по критерию U - Манна-Уитни по «Шкале социальных репрезентаций психологического насилия в супружеских отношениях»

Критерии	Сумма рангов контрольной группы	Сумма рангов экспериментальной группы	Эмпирическое значение	Уровень значимости
Угроза физ. здоровью	940	830	395,0000	0,544198
Чрезмерное контрол. физ. свободы	952	818	383,0000	0,430451
Общая дестабилизация	917	853	418,0000	0,796597
Доминирование	829	941	364,0000	0,281705

Неадекватное разрешение супружеских конфликтов	791	1039	326,0000	0,066764
--	-----	------	----------	----------

При анализе математических данных мы обращаем внимание на показатели уровня значимости. При рассмотрении критериев, таких как: «Угроза физическому насилию» уровень значимости равен 0,544198, «Чрезмерное контролирование физической свободы» уровень значимости равен 0,430451, «Общая дестабилизация» уровень значимости равен 0,796597, «Доминирование» уровень значимости равен 0,281705, «Неадекватное разрешение супружеских конфликтов» уровень значимости равен 0,066764, из чего можно сделать вывод, что статистически достоверных различий по всем представленным критериям не обнаружено. Таким образом, можно утверждать, что различий между контрольной и экспериментальной группами не обнаружено.

*Обработка первичных данных по «Шкале оценки психологического насилия в супружеских отношениях» Д. Дж. Сонкина, модификация И. А. Фурманова на начало исследования.*

Данные математической обработки представлены в таблице № 6.

Таблица 6

Результаты сравнение двух независимых выборок по критерию U - Манна-Уитни по «Шкале оценки психологического насилия в супружеских отношениях»

Критерии	Сумма рангов контрольной группы	Сумма рангов экспериментальной группы	Эмпирическое значение	Уровень значимости
Преступное поведение	876	955	410,5000	0,559231
Запугивающее поведение	972	858	393,0000	0,399390
Дисфункциональное поведение	975	856	390,5000	0,379037

При анализе математических данных мы обращаем внимание на показатели уровня значимости. При рассмотрении критериев, таких как: «Преступное поведение» уровень значимости равен 0,559231, «Запугивающее поведение» уровень значимости равен 0,399390, «Дисфункциональное поведение» уровень значимости равен 0,379037, из чего можно сделать вывод, что статистически достоверных различий по всем представленным критериям не обнаружено. Таким образом, можно утверждать, что различий между контрольной и экспериментальной группами не обнаружено.

*Обработка первичных данных по методике выявления характера взаимодействия супругов в конфликтной ситуации Ю. А. Алешиной, Л. Я. Гозмана, Е. М. Дубовской.*

Данные математической обработки представлены в таблице № 7.

Таблица 7

Результаты сравнение двух независимых выборок по критерию U - Манна-Уитни по методике выявления характера взаимодействия супругов в конфликтной ситуации Ю. А. Алешиной, Л. Я. Гозмана, Е. М. Дубовской.

Критерий	Отношения с родственниками и друзьями	Воспит. дет.	Проявление автономии	Нарушение рол. ожид.	Расхождение норм поведения	Проявление доминирования одним из супругов	Проявление ревности	Разногласия в отношении к деньгам
По критериям активность и пассивность реакций								
Сумма рангов контрольной группы	900	945	930	1005	870	915	825	870
Сумма рангов экспериментальной группы	930	885	900	825	960	915	1005	960
Эмпирическое значение	435,00	420,00	435,0	360,00	405,0	450,000	360,0	405,00
	00	00	000	00	000	0	000	00
Уровень значимости	0,8244	0,6573	0,824	0,1833	0,505	1,00000	0,183	0,5058
	96	81	496	22	860	0	322	60
По критериям позитивной и негативной реакций								



Сумма рангов контрольной группы	990	870	990	975	885	885,	1050	915
Сумма рангов экспериментальной группы	840	960	840	855	945	945	780	915
Эмпирическое значение	375,00 00	405,00 00	375,0 00	390,00 00	420,0 000	420,000 0	385,0 000	450,00 00
Уровень значимости	0,2675 04	0,5058 60	0,267 504	0,3750 44	0,657 381	0,65738 1	0,065 946	1,0000 00

При анализе математических данных мы обращаем внимание на показатели уровня значимости. Рассмотрим, для начала, по признаку активность и пассивность реакций в ситуациях, таких как: «Отношения с родственниками и друзьями» уровень значимости равен 0,824496, «Воспитание детей» уровень значимости равен 0,657381, «Проявление автономии одним из супругов» уровень значимости равен 0,824496, «Нарушение ролевых ожиданий» уровень значимости равен 0,183322, «Рассогласование норм поведения» уровень значимости равен 0,505860, «Проявление доминирования одним из супругов» уровень значимости равен 1,000000, «Проявление ревности» уровень значимости равен 0,183322, «Разногласия в отношении к деньгам» уровень значимости равен 0,505860.

Теперь рассмотрим по признаку позитивной и негативной реакций в ситуациях, таких как: «Отношения с родственниками и друзьями» уровень значимости равен 0,267504, «Воспитание детей» уровень значимости равен 0,505860, «Проявление автономии одним из супругов» уровень значимости равен 0,267504, «Нарушение ролевых ожиданий» уровень значимости равен 0,375044, «Рассогласование норм поведения» уровень значимости равен 0,657381, «Проявление доминирования одним из супругов» уровень значимости равен 0,657381, «Проявление ревности» уровень значимости равен 0,065946, «Разногласия в отношении к деньгам» уровень значимости равен 1,000000.

Из всего выше сказанного можно сделать вывод, что статистически достоверных различий по всем представленным критериям не обнаружено. Таким образом, можно утверждать, что различий между контрольной и экспериментальной группами не обнаружено.

*Обработка первичных данных по опроснику агрессивности А. Басса- А. Дарки.*

Данные математической обработки представлены в таблице № 8.

Таблица 8

Результаты сравнение двух независимых выборок по критерию U - Манна-Уитни по опроснику агрессивности А. Басса- А. Дарки.

Критерии	Сумма рангов контрольной группы	Сумма рангов экспериментальной группы	Эмпирическое значение	Уровень значимости
Косвенная агрессия	814	1016	349,0000	0,135379
Раздражение	835	995	370,0000	0,236908
Негативизм	889	941	424,0000	0,700686
Обида	897	933	432,0000	0,790147
Подозрительность	887	943	422,0000	0,678901
Вербальная агрессия	888	943	422,5000	0,684323
Чувство вины	797	1033	332,0000	0,081062

При анализе математических данных мы обращаем внимание на показатели уровня значимости. При рассмотрении критериев, таких как: «Косвенная агрессия» уровень значимости равен 0,135379, «Раздражение» уровень значимости равен 0,236908, «Негативизм» уровень значимости равен 0,700686, «Обида» уровень значимости равен 0,790147, «Подозрительность» уровень значимости равен 0,678901, «Вербальная агрессия» уровень значимости равен 0,684323, «Чувство вины» уровень значимости равен 0,081062, из чего можно сделать вывод, что статистически достоверных

различий по всем представленным критериям не обнаружено. Таким образом, можно утверждать, что различий между контрольной и экспериментальной группами не обнаружено.

*Обработка первичных данных по методике «Коммуникативная установка» В. Бойко.*

Данные математической обработки представлены в таблице № 9.

Таблица 9

Результаты сравнение двух независимых выборок по критерию U - Манна-Уитни по методике «Коммуникативная установка» В. Бойко.

Критерии	Сумма рангов контрольной группы	Сумма рангов экспериментальной группы	Эмпирическое значение	Уровень значимости
Завуалированная жестокость	882	948	417,0000	0,625631
Открытая жестокость	878	952	413,5000	0,589452
Брюзжание	928	902	436,5000	0,841802
Негативный личный опыт	894	936	429,0000	0,756202
Негативная коммуникативная установка	881	949	416,0000	0,615196

При анализе математических данных мы обращаем внимание на показатели уровня значимости. При рассмотрении критериев, таких как: «Завуалированная жестокость» уровень значимости равен 0,625631, «Открытая жестокость» уровень значимости равен 0,589452, «Брюзжание» уровень значимости равен 0,841802, «Негативный личный опыт» уровень значимости равен 0,756202, «Негативная коммуникативная установка» уровень значимости равен 0,615196, из чего можно сделать вывод, что статистически достоверных различий по всем представленным критериям не обнаружено. Таким образом, можно утверждать, что различий между контрольной и экспериментальной группами не обнаружено.

*Обработка первичных данных по опроснику самооотношения В. В.Столин, С. Р. Пантелеев.*

Данные математической обработки представлены в таблице № 10.

Таблица 10

Результаты сравнение двух независимых выборок по критерию U - Манна-Уитни по опроснику самооотношения В. В.Столина, С. Р. Пантелеева.

Критерии	Сумма рангов контрольной группы	Сумма рангов экспериментальной группы	Эмпирическое значение	Уровень значимости
Шкала S	799	1031	333,5000	0,085001
Самоуважение	889	941	423,5000	0,695216
Аутосимпатия	909	921	444,0000	0,929315
Ожидаемое отношение от других	852	978	387,0000	0,065959
Самоинтерес	847	984	381,5000	0,311188
Самоуверенность	911	919	446,0000	0,952842
Отношение других	816	934	351,0000	0,073260
Самопринятие	851	979	386,0000	0,344046
Саморуководство	909	923	443,5000	0,923442
Самообвинение	870	961	404,5000	0,501144
Самоинтерес	858	972	393,0000	0,060279
Самопонимание	888	942	423,0000	0,689761

При анализе математических данных мы обращаем внимание на показатели уровня значимости. При рассмотрении критериев, таких как: «Шкала S» уровень значимости равен 0,085001, «Самоуважение» уровень значимости равен 0,695216, «Аутосимпатия» уровень значимости равен 0,929315, «Ожидаемое отношение от других» уровень значимости равен 0,065959, «Самоинтерес» уровень значимости равен 0,952842, «Самоуверенность» уровень значимости равен 0,952842, «Отношение других» уровень значимости равен 0,344046, «Самопринятие» уровень значимости равен 0,695216, «Саморуководство» уровень значимости равен

0,923442, «Ожидаемое отношение от других» уровень значимости равен 0,065959, «Самообвинение» уровень значимости равен 0,501144, «Самоинтерес» уровень значимости равен 0,060279, «Самопонимание» уровень значимости равен 0,689761, из чего можно сделать вывод, что статистически достоверных различий по всем представленным критериям не обнаружено. Таким образом, можно утверждать, что различий между контрольной и экспериментальной группами не обнаружено.

*Обработка первичных данных по цветовому тесту отношений А. М. Эткинда.*

Данные математической обработки представлены в таблице № 11.

Таблица 11

*Результаты сравнение двух независимых выборок по критерию U - Манна-Уитни по цветовому тесту отношений А. М. Эткинда.*

Критерии	Сумма рангов контрольной группы	Сумма рангов экспериментальной группы	Эмпирическое значение	Уровень значимости
Отношение к себе	834	996	369,0000	0,231098
Отношение к супругу/е	869	961	404,5000	0,501144
Эмоциональное отвержение	977	854	388,5000	0,363223
Коммуникативный контроль	953	878	412,5000	0,579295
Контроль свободы выбора	862	968	397,0000	0,433290
Эмоциональный шантаж	958	872	407,0000	0,524953
Ограничение свободы выбора	941	889	424,5000	0,706172
Необоснованная ревность	983	847	382,0000	0,314733
Унижение	876	954,0000	411,0000	0,564215
Угроза наказания	907	923,0000	442,0000	0,905850

При анализе математических данных мы обращаем внимание на показатели уровня значимости. При рассмотрении критериев, таких как: «Отношение к себе» уровень значимости равен 0,231098, «Отношение с супругу/е» уровень значимости равен 0,501144, «Эмоциональное отвержение» уровень значимости равен 0,363223, «Коммуникативный контроль» уровень значимости равен 0,579295, «Контроль свободы выбора» уровень значимости равен 0,433290, «Эмоциональный шантаж» уровень значимости равен 0,524953, «Ограничение свободы выбора» уровень значимости равен 0,706172, «Необоснованная ревность» уровень значимости равен 0,314733, «Унижение» уровень значимости равен 0,564215, «Угроза наказания» уровень значимости равен 0,905850, из чего можно сделать вывод, что статистически достоверных различий по всем представленным критериям не обнаружено. Таким образом, можно утверждать, что различий между контрольной и экспериментальной группами не обнаружено.

По всем представленным шкала уровень значимости больше, чем 0,05. Это свидетельствует о том, что статистически достоверных различий нет.

Таким образом, можно сделать вывод, что на начало исследования различий между первичными данными в контрольной и экспериментальной группах не обнаружено. Это подтверждают данные математической обработки.

### **ВЫВОДЫ ПО ВТОРОЙ ГЛАВЕ:**

Проведенное нами исследование позволяет сделать вывод о достаточной распространенности психологического насилия в супружеских отношениях. Так как основные показатели психологического насилия наблюдаются у значительной доли респондентов, что негативно сказывается на функционировании супружеской подструктуры.

Направления реализации психологического насилия во взаимоотношениях супругов обширны: от использования мужского (женского) привилегированного положения, использования детей как аргумента в споре, игнорирования, обвинения, отказа в положительном

подкреплении до преступного поведения, заключающегося в угрозе причинить повреждения или сильно избить, угрозе оружием, угрозе убийства партнера, членов семьи, других людей или самого себя, преследование, приставание в агрессивной и высокомерной манере. Следовательно, возрастает риск получения психологической травмы при взаимодействии с партнером по браку.

Таким образом, существует необходимость в разработке профилактических мероприятий, направленных на предупреждение психологического насилия в супружеских отношениях. Основной проблемой в профилактике психологического насилия в супружеских отношениях является то, что насилие носит скрытый от посторонних глаз характер, поэтому первостепенной задачей являются меры ранней профилактики и информирования.

Цель такой работы – формирование активного, адаптивного, высоко функционального жизненного стиля, который обеспечивает реализацию прав, удовлетворение потребностей и интересов и формирование психологической установки на гармоничные семейные отношения.

## **ГЛАВА III. РАЗРАБОТКА И АПРОБАЦИЯ ПРОГРАММЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО НАСИЛИЯ В СУПРУЖЕСКИХ ОТНОШЕНИЯХ**

### **3.1. Организационно-содержательные характеристики программы профилактики психологического насилия в супружеских отношениях**

Институт семьи, находится в условиях социально-семейного кризиса, заключающегося в значительном изменении брачно-семейной идеологии, взглядов мужчин и женщин на семейную жизнь, распределение ролей в семье, супружескую верность, характер отношений между поколениями. В такой ситуации не каждая супружеская пара справляется со всеми трудностями, требующими мобилизации, адаптации к тем или иным социальным изменениям. В результате чего растет общее эмоциональное напряжение, уровень агрессии, неудовлетворенность, учащаются ссоры, конфликты, зачастую это приводит к появлению насилия в семье.

Особую тревогу вызывает проблема психологического насилия в семье, получившая достаточно широкое распространение в современном российском обществе.

По мнению ряда ученых (С. Харт, М. Брассард, В.В. Дерябина, Н.О. Зиновьева) весьма распространенным явлением в межличностных отношениях мужчин и женщин, и присущее практически всем случаям насилия в семье является психологическое насилие [28].

Под психологическим насилием мы будем понимать повторяющееся во времени, преднамеренное психологическое воздействие на структурные составляющие личности оппонента, в основе которого заложено принудительное действие, осуществляющееся через деструктивные формы влияния и влекущее к возникновению психологической травматизации.



Напряженный климат в семье, в которой систематически происходят факты психологического насилия, пагубно сказывается на всех без исключения членов семьи, независимо от того, касается оно их прямо или косвенно, так как все вынуждены к нему приспособливаться.

Последствиями деструктивного психологического взаимодействия в супружеской паре становятся страх, подозрительность, эмоциональная и физическая отчуждённость, нарушение коммуникации, приводит к ослаблению семейного воспитания, формируется всеобщая семейная угнетённая атмосфера[48]. Складывается определенный образ жизни, для которого насилие становится нормой поведения, передающийся из поколения в поколение. Однажды заучив возможный вариант поведения, которым воспользовались родители, ребенок будет поступать таким же образом и в собственной семье (особенно, если желаемый результат был достигнут). Е. А. Брайцева. Психол климат в семье.

Таким образом, на наш взгляд, профилактическая деятельность должна быть сосредоточена на супружеских взаимоотношениях, поскольку именно они являются основой благоприятного климата семьи, и задают общий тон ее функционирования.

Под профилактикой мы будем понимать систему предупредительных мер, связанных с устранением причин, факторов и условий, вызывающих те или иные недостатки в развитии личности [66].

В настоящее время профилактика психологического насилия не является объектом государственной политики и не входит в рамки общего и специального предупреждения данного явления.

Не смотря на достаточный интерес отечественных и зарубежных исследователей к проблеме психологического насилия, на данный момент программ, направленных на предупреждение данного феномена недостаточно, внимание психологов в большей степени сосредоточено на помощи жертвам насилия. Работа направлена исключительно на реабилитацию жертв, через экстренное вмешательство в ситуацию насилия.

С нашей точки зрения, работать только постфактум (с людьми, которые уже столкнулись с данной проблемой) представляется недостаточно эффективным. Так как ранняя профилактика могла бы помочь предотвратить не только серьезные последствия психологического насилия, но и позволила бы супружеским парам сфокусировать свое внимание на собственной семейной обстановке и преждевременно распознать предпосылки психологического насилия.

Успешность профилактики психологического насилия в супружеской паре напрямую зависит от степени осознания супругами глубины этой проблемы, ее последствий, выражающихся в первую очередь в переживании чувства вины, комплексе неполноценности, низком уровне самоконтроля, негативной коммуникативной установкой и т. д.

Таким образом, существует потребность в разработке комплекса профилактических мероприятий, направленных на предотвращение психологического насилия в супружеских отношениях, реализующуюся через раннюю профилактику.

**Методологической основой данной программы являются научные труды** Игоря Александровича Фурманова («Психолого-педагогическая профилактика семейного неблагополучия»), Ирина Викторовна Попова («Опыт исследования проблемы семейного насилия»), Екатерина Александровна Брайцева («Социально-психологическое сопровождение мужчин, вовлеченных в ситуацию супружеского насилия», «Женское супружеское насилие»), Н. М. Платонова, Ю. П. («Насилие в семье: Особенности психологической реабилитации»), Лилия Александровна Нижегородова (Социально-психологический тренинг «Формирование позитивного отношения у супругов к семейной жизни и друг к другу»), Михаил Киприс («Тренинг семейных отношений»).

**Цель нашей программы** – формирование активного, адаптивного, высоко функционального жизненного стиля, который обеспечивает

реализацию прав, удовлетворение потребностей и интересов и формирование психологической установки на гармоничные семейные отношения.

**Для достижения этой цели были поставлены следующие задачи:**

1. Информирование супружеских пар о феномене психологического насилия и его влияние на семейные взаимоотношения.
2. Развитие стремления к конструктивному решению проблем, возникающих в супружеских отношениях, без применения психологического насилия.
3. Формирование готовности к воспроизведению и расширению компетентности в сфере межличностных отношений.
4. Развитие навыков адекватного выражения эмоций и навыков саморегуляции.
5. Помощь в установлении и развитии отношений партнерства и сотрудничества, ориентированная на расширение доверительности в супружеских отношениях.
6. Формирование адекватного отношения к себе и к своему партнеру.

**Принципы ранней профилактики психологического насилия в супружеских отношениях:**

- принцип системности, предполагающий выявление всех возможных источников проблемы применения психологического насилия в супружеских отношениях, одновременное формирование условий для её последующего разрешения и использование для этого различных методов и способов деятельности;
- принцип превентивности, предотвращение возникновения проблемы, решение «ещё не возникших проблем». Так, развитие, совершенствование и внедрение в практику эффективной системы просвещения родителей может рассматриваться как одна из возможностей решения проблемы супружеского насилия;

- принцип активизации собственных сил человека, предполагающий обучение его необходимым умениям и навыкам для самостоятельного решения собственных проблем.

- принцип оптимальности, позволяющий выявить степень актуальности и значимости данной проблемы для субъекта;

- принцип гуманизма, доверия и доверительности, являющийся универсальным принципом профессиональной деятельности психолога.

- принцип объективации поведения — поведение участников переводится на осознанный уровень. Универсальным средством, позволяющим это сделать, является обратная связь.

- принцип партнерского общения — участники учатся обсуждать волнующие их проблемы, принимать решения, учитывая состояние и потребности другого человека, признавая его ценность как личности, учитывая его мнения и интересы, а, не только исходя из собственных целей.

- принцип творческой активности — общение организуется таким образом, чтобы каждый участник имел возможность попробовать новые способы поведения, поэкспериментировать с собственным ролевым репертуаром, по-новому проиграть и прочувствовать различные ситуации своей жизни.

**Программа по профилактики психологического насилия в супружеских парах состоит из 3 этапов:**

**I этап диагностический (1 встреча)** - раннее выявление супружеских пар, использующих психологическое насилие. Осмысление распространенности феномена психологического насилия в супружеской диаде. Выявление особенностей лиц, находящихся в условиях деструктивного психологического взаимодействия, основанного на принуждении.

**II этап информационный (16 мероприятий)** – осуществить информационную кампанию, направленную на формирование атмосферы нетерпимости к проявлению психологического насилия во взаимодействии в

супружеских парах, а так же осуществление мероприятий по предупреждению психологического насилия и формированию установки на гармоничные семейные отношения.

**III этап консультативный (30 встреч)** – прояснение ситуации в семье. Подготовка каждого из супругов к более глубокому контакту с партнером по браку с использованием его чувств и переживаний. Планирование конкретных поведенческих шагов, направленных на изменение ситуации построения межличностных отношений супругов. Отработка навыков конструктивного взаимодействия. Активизация саморефлексии отношений с партнером по браку.

**Консультации проводятся с супружеской парой, так как:**

1. Беседа с двумя супругами, более диагностична, позволяет сразу же увидеть те проблемы и трудности, на которые клиенты жалуются, позволяет наглядно выделить то, что определяет характер отношений и что самим супругам трудно обозначить более четко.

2. Работа с обоими партнерами позволяет в ходе приема непосредственно апеллировать к паттернам их отношений, проявляющимся в особенностях взаимодействия супругов в консультации. Обращение к происходящему “здесь и теперь” бывает более убедительным и эффективным, чем анализ того, что происходит за пределами кабинета консультанта.

3. Присутствие обоих клиентов позволяет с успехом использовать целый ряд особых техник и приемов, способствующих более успешному и эффективному ведению супружеской консультации, применение которых при наличии лишь одного клиента либо в принципе невозможно, либо весьма затруднено.

4. Кроме того, при одновременной работе с обоими партнерами можно в случае необходимости поддерживать рабочую мотивацию одного из них «за счет» другого [4].

**IV Заключительный** - Выявление эффективности программы ранней профилактики психологического насилия в супружеской паре. (Проведение повторной диагностики психологического насилия в контрольной группе. Анализ и оценка полученных данных.).

Программа ранней профилактики состоит из 40 встреч, которые проводились с 19 февраля 2016 по 29 апреля 2016 , 1 раз в неделю по 120 минут с перерывом на 10-15 мин (консультация длится 60 мин по 2 консультации в день).

**Ожидаемый результат:**

1. Супруги имеют представление (знания) о феномене психологического насилия, факторах риска и отрицательном влиянии на внутрисемейные взаимоотношения.

2. Умение конструктивно разрешать проблемы, возникающие в супружеских отношениях, без применения психологического насилия.

3. Повышение компетентности населения по вопросу семейно-брачных отношений.

4. Овладение навыками адекватного выражения эмоций и навыками саморегуляции.

5. Осознание супругами важности освоения и использование в практике супружеского взаимодействия эффективных стратегий построения межличностных отношений, основанных на позиции открытого партнерства (принимать право каждого на собственные интересы и увлечения, на собственный круг друзей, в том числе и противоположного пола).

6. Адекватного отношения к себе и к своему партнеру.

План программы представлен в таблице 12 (содержание программы см. в ПРИЛОЖЕНИИ 1).

## План программы ранней профилактики психологического насилия в супружеских отношениях

Название мероприятия	Форма реализации	Цель	Задачи	Кол-во	Временные рамки
<b>I этап Диагностический</b>					
Шкала социальной репрезентаций психологического насилия в супружеских отношениях Д. Р. Фоллингетад, Д Д Дихарт	Методика	Выявление форм психологического насилия, применяемых во взаимодействии супругов.	Выявление уровня: 1. Угрозы физическому здоровью; 2. Чрезмерного контролирования физической свободы; 3. Общей дестабилизации; 4. Доминирования/контроля поведения; 5. Неадекватного разрешения супружеских проблем.	1	
Шкала оценки психологического насилия в супружеских отношениях	Методика	Оценка уровня риска нанесения психологической травмы.	Выявление уровня нанесения уровня психологической травмы: 1. Преступное поведение, 2. Запугивающие поведение; 3. Дисфункциональное поведение.	1	

Опросник агрессивности Басса-Дарки	Опросник	Диагностики агрессивных и враждебных реакций.	Выявление форм агрессивных и враждебных реакций: 1. Физическая агрессия 2. Косвенная 3. Раздражение 4. Негативизм 5. Обида 6. Подозрительность 7. Вербальная агрессия 8. Чувство вины 9. Агрессивность 10. Враждебность	1	1 встреча 120 мин
Методика выявления характера взаимодействия супругов в конфликтной ситуации Ю. А. Алешиной, Л. Я. Гозмана, Е. М. Дубовской	Методика	Выявление стратегий поведения супругов в конфликтных ситуациях	Выявление особенностей конфликтного взаимодействия в супружеской паре являются: 1. активность (или пассивность) в ситуации конфликта, таких как проблема отношения с родственниками и друзьями, воспитание детей, проявление стремления к автономии, нарушение ролевых ожиданий, рассогласование норм поведения, проявление доминирования одним из супругов, ревность, расхождение отношения к деньгам. 2. согласие (или несогласие) с партнером по взаимодействию.	1	



Диагностика коммуникативной установки В. В. Бойко	Опросник	Позволяет определить наличие и степень выраженности негативных коммуникативных установок, отражающих готовность недоброжелательно относиться к большинству окружающих.	Выявление особенностей коммуникативной установки: 1. Завуалированная жестокость 2. Открытая жестокость 3. Обоснованный негативизм 4. Брюзжание 5. Негативный личный опыт	1	
Опросник самоотношения В.В. Столин, С. Р. Пантелеев.	Опросник	Позволяет выявить уровни самоотношения испытуемого к самому себе.	1. Глобальное самоотношение; 2. самоотношение, дифференцированное по самоуважению, аутсимпатии, самоинтересу и ожиданиям отношения к себе; 3. уровень конкретных действий (готовностей к ним) в отношении к своему «Я».	1	

ЦТО. А. М. Эткинд	Тест	Предназначенным для изучения эмоциональных компонентов отношений человека к значимым для него людям и отражающим как сознательный, так и частично неосознаваемый уровни этих отношений.	Выявляет отношение человека к значимым людям. Выявляет отношение человека к ситуации психологического насилия.	1	
<b>II этап Информационный</b>					
Психологическое насилие в семье	Оформление на сайте школы раздела «Домашнее насилие»	Сконцентрировать внимание на проблеме психологического насилия в семье.	1. Информирование о феномене психологического насилия и его влияние на семейные взаимоотношения. 2. Дать практические рекомендации по гармонизации супружеских взаимоотношений.	1	
Психологическое насилие в супружеских отношениях	Оформление уголка психолога (Плакат)	Наглядно продемонстрировать акт психологического насилия в супружеских отношениях.	1. Заострить внимание на деструктивном взаимодействии супругов, основанном на психологическом насилии. 2. Ознакомить с общей угнетенной атмосферой, присутствующей в супружеских отношениях.	1	

Гармония супружеских отношений	Брошюра	Дать представление об условиях формирования полноценных супружеских отношений, без применения психологического насилия.	1. Актуализировать знания супругов по основным направлениям построения гармоничных супружеских отношений. 2. Позиционирование психологической помощи среди населения как способа сохранения гармоничных семейных взаимоотношений.		1 занятие-120 минут
Психологическое насилие как фактор семейного неблагополучия	Лекторий	Сформировать у супругов адекватное понимание проблемы существования психологического насилия в семье.	1. Сформировать целостное представление о феномене психологического насилия. 2. Ознакомить супружеские пары с понятиями патогенное супружество, «жертва» и «тиран». 3. Расширить знания супругов о факторах риска и негативных последствиях психологического насилия.	1	

Конфликт и его способы урегулирования.	Семинар	Сформирование умений эффективного поведения в разрешении супружеских конфликтов.	1. Расширение знаний о специфике супружеских конфликтов и конструктивных способах их урегулирования. 2. Проанализировать конфликт с точки зрения положительного и отрицательного воздействия на межличностные отношения. 3. Проработка навыков конструктивного разрешения супружеских конфликтов.	1	
Искусство семейного общения.	Родительское собрание	Повысить уровень коммуникативной компетентности супругов.	1. Расширение знаний супругов об эффективном межличностном общении. 2. Ознакомление супругов с общими условиями организации успешной коммуникации. 3. Формирование взаимопонимания партнеров по общению на невербальном уровне. 4. Обучение навыкам конструктивного вербального взаимодействия с супругом.	1	

Культура чувств.	Семинар	развить компетентность в сфере эмоционально-волевой регуляции.	<p>1. Актуализировать знания супругов о понятиях эмоция и чувства, и способах саморегуляции.</p> <p>2. Сформировать представление о положительных аспектах использования техник адекватного выражения эмоций.</p> <p>3. Снять эмоциональное и физическое напряжение.</p> <p>4. Способствовать отреагированию собственного эмоционального состояния и состояния партнера в стрессовых ситуациях супружеской жизни.</p>	1	
Кривое зеркало.	Практикум	Сформировать адекватную самооценку у супругов.	<p>1. Развитие умения адекватно воспринимать критику.</p> <p>2. Развитие навыков самоанализа своих достоинств и недостатков, расширение представлений о других и себе.</p> <p>3. Развитие самооценности и получение обратной связи.</p> <p>4. Развитие способности осознавать и вербализовать свои чувства, находить слова для его обозначения.</p>	1	

Невидимые миру слезы.	Круглый стол	Повысить уровень информированности и правовой компетентности по вопросам психологического насилия.	1. Расширить знания о механизмах и средствах правового разрешения проблемы психологического насилия. 2. Ознакомить с деятельностью психолога и кризисных центров по проблеме психологического насилия. 3. Позиционирование психологической помощи среди населения как способа сохранения гармоничных семейных взаимоотношений.	1	
Мой дом - моя крепость.	Семинар	Сформировать конструктивную позицию в решении вопросов, связанных с психологическим насилием в супружеских отношениях.	1. Актуализировать знания по проблеме психологического насилия. 2. Совместно разработать способы преодоления взаимодействия основанного на психологическом насилии. 3. Проработка навыков выхода из ситуации психологического насилия. 4. Актуализировать понятие семьи как ценность через создание семейной творческой работы.	1	

Гармоничные супружеские взаимоотношения – залог сохранения и укрепления семьи.	Практикум	Повысить компетентность супругов по вопросу семейно-брачных отношений.	1. Расширить представления о психологических аспектах супружеских отношений, ознакомить с критериями психологически здоровой семьи. 2. Ориентировать супругов на равноправие в супружеских отношениях. 3. Расширить знания об эффективных условиях построения межличностных отношений. 4. Акцентировать внимание на семье как ценности.	1	
<b>III этап Консультативный</b>					
Первичное консультирование супругов		Прояснение ситуации в семье	Установить контакт с клиентами. Сбор информации по проблеме (уточнение проблемы). Сбор психологической информации о членах семьи.	15	15 часов 1 пара- 1 сессия
Консультация		Подготовка каждого из супругов к более глубокому контакту с партнером по браку с использованием его чувств и переживаний.	Планирование конкретных поведенческих шагов, направленных на изменение ситуации построения межличностных отношений супругов. Отработка навыков конструктивного взаимодействия. Активизация саморефлексии отношений с партнером по браку.	15	15 часов 1 пара- 1 сессия
<b>IV Заключительный</b>					

Подведение итогов	Выявление эффективности программы ранней профилактики психологического насилия в супружеской паре	Проведение повторной диагностики психологического насилия в контрольной группе. Анализ и оценка полученных данных.	1	1 встреча-120 мин
-------------------	---	---	---	-------------------

Итак, каждый из этапов программы профилактики психологического насилия в супружеских отношениях соответствует поставленным целям и задачам, а также основным принципам психопрофилактики.



### **3.2. Результаты апробации программы по профилактике психологического насилия в супружеских отношениях**

Для проверки эффективности программы по профилактике психологического насилия в супружеских отношениях применялся квази – экспериментальный план с контрольной группой. Контрольная и экспериментальная группы были укомплектованы каждая по 30 испытуемых, методом попарного отбора.

Апробация программы проходила на базе Муниципального автономного образовательного учреждения «Средней общеобразовательной школе №6 им. П. П. Бажова» города Сысерти с 19 февраля 2016 по 29 апреля 2016 года.

С интервалом в месяц после окончания реализации программы нами была проведена повторная диагностика распространенности психологического насилия в супружеских парах как в контрольной, так и в экспериментальной группах. На этапе контрольного эксперимента были использованы те же методики, что и на этапе констатирующего эксперимента.

Достоверность полученных результатов в отличиях между выборками испытуемых была проверена с помощью методов математической статистики.

Рассмотрим сначала изменения, которые произошли у респондентов в экспериментальной группе.

Статистические данные по нивелированию психологического насилия в супружеских парах в экспериментальной группе после участия в программе по профилактике психологического насилия представлены в таблице 13.

*Обработка вторичных данных по «Шкале социальных репрезентаций психологического насилия в супружеских отношениях» по критерию U - Манна-Уитни на конец исследования.*

*Результаты сравнение двух независимых выборок по критерию U - Манна-Уитни по «Шкале социальных репрезентаций психологического насилия в супружеских отношениях» на конец исследования*

Критерии	Сумма рангов контрольной группы	Сумма рангов экспериментальной группы	Эмпирическое значение	Уровень значимости
Угроза физ. здоровью	773	1057	308,0000	0,035783
Чрезмерное контрол. физ. свободы	649	1180	184,5000	0,000087
Общая дестабилизация	753	1077	287,5000	0,016285
Доминирование	665	1165	199,5000	0,000213
Неадекватное разрешение супружеских конфликтов	603	1227	137,5000	0,000004

Для выявления статистически достоверных различий между контрольной и экспериментальной группами после проведения работы по ранней профилактики психологического насилия в супружеских отношениях мы обращаем внимание на уровень значимости. При анализе таблицы № 13 мы видим, что во всех критериях обнаружены статистически достоверные различия: все показатели уровня значимости  $\leq 0,05$ . Это свидетельствует о том, что у супружеских пар, принимавших участие в программе по профилактике психологического насилия, наблюдаются изменения по ключевым показателям психологического насилия в пользу их понижения. Что в свою очередь свидетельствует об эффективности проведенного воздействия.

*Обработка вторичных данных по «Шкале оценки психологического насилия в супружеских отношениях» по критерию U - Манна-Уитни на конец исследования.*

Данные математической обработки представлены в таблице № 14

Таблица 14

*Результаты сравнение двух независимых выборок по критерию U - Манна-Уитни по «Шкале оценки психологического насилия в супружеских отношениях» на конец исследования*

Критерии	Сумма рангов контрольной группы	Сумма рангов экспериментальной группы	Эмпирическое значение	Уровень значимости
Преступное поведение	772	1058	307,0000	0,034501
Запугивающее поведение	752	1078	286,5000	0,015639
Дисфункциональное поведение	640	1190	174,5000	0,000046

При анализе данных таблицы № 14 мы видим, что уровень значимости по критериям «Преступное поведение», «Запугивающее поведение», «Дисфункциональное поведение»  $\leq 0,05$ . Это говорит о том, что имеются статистические достоверные различия между контрольной и экспериментальной группами на конец исследования. Это связано с тем, что программа по профилактике психологического насилия в супружеских парах способствовала понижению основных значений индикаторов психологического насилия в экспериментальной группе. Таким образом, мы можем утверждать о результативности проведенного воздействия.

*Обработка вторичных данных по методике выявления характера взаимодействия супругов в конфликтной ситуации Ю. А. Алешиной, Л. Я. Гозмана, Е. М. Дубовской по критерию U - Манна-Уитни на конец исследования.*

Данные математической обработки представлены в таблице № 15.

Таблица 15

*Результаты сравнение двух независимых выборок по критерию U - Манна-Уитни по методике выявления характера взаимодействия супругов в*

*конфликтной ситуации Ю. А. Алешиной, Л. Я. Гозмана, Е. М. Дубовской на*  
конец исследования

Критерий	Отношения с родственниками и друзьями	Воспит. дет.	Проявление автономии	Нарушение рол.ожи д.	Рассогласование норм поведения	Проявление доминирования одним из супругов	Проявление ревности	Разногласия в отношении к деньгам
По критериям активность и пассивность реакций								
Сумма рангов контрольной группы	1020	1005	1065	1095	1095	1125	1080	960
Сумма рангов экспериментальной группы	810	825	765	735	735	705	750	870
Эмпирическое значение	345,00 00	360,00 00	300,0 000	270,00 00	270,0 000	240,0000	285,00 00	405,00 00
Уровень значимости	0,1205 76	0,1833 22	0,026 578	0,0077 87	0,007 787	0,001905	0,0147 11	0,5058 60
По критериям позитивной и негативной реакций								
Сумма рангов контрольной группы	1035	945	960	1140	1065	1080	1170	945
Сумма рангов экспериментальной группы	795	885	870	690	765	750	660	885
Эмпирическое значение	330,00 00	420,00 00	405,0 000	225,00 00	300,0 000	285,0000	195,00 00	420,00 00
Уровень значимости	0,0760 42	0,6573 81	0,505 860	0,0008 80	0,026 578	0,014711	0,0001 63	0,6573 81

При анализе математический данных таблицы № 15, мы обращаем внимание на уровень значимости. При рассмотрении признака активности и пассивности, а так же признака позитивной и негативной реакций мы видим, что по критериям «Отношения с родственниками и друзьями», «Воспитание детей», «Разногласия в отношении к деньгам», статистически достоверных различий не обнаружено, так как значение уровня значимости  $> 0,05$ .

Значения по шкале «Проявление автономии» по критерию позитивной и негативной реакции так же не дали существенного различия ( $p > 0,05$ ) между экспериментальной и контрольной группами, что свидетельствует об устоявшемся отношении к проявлению автономности партнера, что в свою

очередь требует более глубоких воздействий, направленных на установление равноправных взаимоотношений. Полученные данные могут свидетельствовать, как и об отсроченном временном эффекте воздействия программы, так и о том, что положительный эффект программы по профилактике психологического насилия наблюдается по основным показателям, относящимся к непосредственному взаимодействию основанном на принуждении, в супружеской диаде.

При рассмотрении критериев по признаку позитивной и негативной реакций «Нарушение ролевых ожиданий», «Рассогласование норм поведения», «Проявление доминирования одним из супругов», «Проявление ревности», а так же критериев по признаку активности и пассивности реакций «Проявление автономии», «Нарушение ролевых ожиданий», «Рассогласование норм поведения», «Проявление доминирования одним из супругов», «Проявление ревности», мы наблюдаем значения уровня значимости  $< 0,05$ . Полученные результаты подтверждают, что имеются статистически достоверные различия. Таким образом, можно утверждать, что программа по профилактике психологического насилия в супружеских отношениях дала необходимые положительные сдвиги по основному спектру взаимодействия супругов, основанном на психологическом насилии.

*Обработка вторичных данных по опроснику агрессивности А. Басса-А. Дарки по критерию U - Манна-Уитни на конец исследования.*

Данные математической обработки представлены в таблице № 16.

Таблица 16

*Результаты сравнение двух независимых выборок по критерию U - Манна-Уитни по опроснику агрессивности А. Басса- А. Даркина конец исследования*

Критерии	Сумма рангов контрольной группы	Сумма рангов экспериментальной группы	Эмпирическое значение	Уровень значимости
----------	---------------------------------	---------------------------------------	-----------------------	--------------------

Косвенная агрессия	774	1056	309,0000	0,037106
Раздражение	712	1118	246,5000	0,002624
Негативизм	794	1036	329,0000	0,073629
Обида	737	1093	271,5000	0,008315
Подозрительность	768	1062	302,5000	0,029206
Вербальная агрессия	703	1127	237,5000	0,001680
Чувство вины	826	1004	361,0000	0,188237

При рассмотрении данных таблицы № 16, мы обращаем внимание на уровень значимости. Уровень значимости критерия «Негативизм» равен 0,073629, «Чувство вины» - 0,188237. Эти значения  $> 0,05$ , что свидетельствует о том, что статистически достоверных различий не обнаружено. Это связано с тем, что требуются более глубокие воздействия, реализация которых могла бы быть осуществлена через проведение дополнительных совместных консультаций.

Уровень значимости критерия «Косвенная агрессия» равен 0,037106; «Раздражение» - 0,002624; «Обида» - 0,008315; «Подозрительность» - 0,029206; «Вербальная агрессия» - 0,001680. Таким образом, показатели уровня значимости  $< 0,05$ , т. е. имеются статистически достоверные различия. На основании полученных результатов, мы можем утверждать, что супруги, принимавшие участие в программе по профилактике психологического насилия, способны самостоятельно конструктивно выражать негативных чувств по отношению к партнеру не используя средства психологического давления. Что свидетельствует о продуктивности программы по нивелированию маркеров психологического насилия.

*Обработка вторичных данных по методике «Коммуникативная установка» В. Бойко по критерию U - Манна-Уитни на конец исследования.*

Данные математической обработки представлены в таблице № 17

*Результаты сравнение двух независимых выборок по критерию U - Манна-Уитни по методике «Коммуникативная установка» В. Бойко на конец исследования*

Критерии	Сумма рангов контрольной группы	Сумма рангов экспериментальной группы	Эмпирическое значение	Уровень значимости
Завуалированная жестокость	763	1068	297,5000	0,024158
Открытая жестокость	758	1073	292,5000	0,019884
Брюзжание	743	1087	278,0000	0,010993
Негативный личный опыт	969	861	395,5000	0,062361
Негативная коммуникативная установка	731	1099	265,5000	0,006378

При анализе математических данных таблицы № 17, мы обращаем внимание на уровень значимости. Уровни значимости критериев «Завуалированная жестокость», «Открытая жестокость», «Брюзжание», «Негативная коммуникативная установка»  $< 0,05$ . На основании этого можно сделать вывод, что у данных критериев имеются статистически достоверные различия. Это связано с тем, что программа по профилактике психологического насилия в супружеских отношениях является результативной в нивелировании рассматриваемых аспектов коммуникативной установки. Т. е. взаимоотношения супругов в коммуникативной сфере приобрели положительную направленность, выражающуюся через конструктивное вербальное взаимодействия с супругом.

По шкале «Негативный личный опыт» уровень значимости равен 0,062361. Это значение  $> 0,05$ . Значит статистически достоверных различий не обнаружено. Таким образом, можно говорить о том, что супруги

руководствуются перенесенным негативным опытом во взаимодействии с супругом. Это связано с тем, что требуются более глубинные воздействия, реализация, которых могла бы быть осуществлена через проведение дополнительных совместных консультаций.

*Обработка вторичных данных по опроснику самооотношения В. В.Столина, С. Р. Пантелеева по критерию U - Манна-Уитни на конец исследования.*

Данные математической обработки представлены в таблице № 18.

Таблица 18

*Результаты сравнение двух независимых выборок по критерию U - Манна-Уитни по опроснику самооотношения В. В.Столина, С. Р. Пантелеева*

Критерии	Сумма рангов контрольной группы	Сумма рангов экспериментальной группы	Эмпирическое значение	Уровень значимости
Шкала S	764	1066	299,0000	0,025586
Самоуважение	806	1023	341,5000	0,108691
Аутосимпатия	1050	779	314,5000	0,045147
Ожидаемое отношение от других	921	909	444,0000	0,929315
Самоинтереса	987	842	377,5000	0,283779
Самоуверенность	979	1046	385,5000	0,040289
Отношение других	1039	790	325,5000	0,065672
Самопринятие	1088	743	277,5000	0,010763
Саморуководство	853	972	387,5000	0,016285
Самообвинение	794	1036	310,0000	0,063629
Самопонимание	1026	806	340,5000	0,005471

При анализе таблицы № 18 видно, что по критериям «Ожидаемое отношение от других», «Самоинтереса», «Отношение других», не наблюдается статистически достоверных различий, так как их уровни значимости  $> 0,05$ . Полученные данные свидетельствуют о том, что рассматриваемые показатели не претерпели значительных изменений в силу первоначальной устойчивости на уровне адекватного представления, о том,



как их могут воспринимать окружающие, так и ощущением компетентности и способности решать многие жизненные вопросы. По критерию «Самообвинение» уровень значимости так же имеет значение  $> 0,05$ . Это связано с тем, что требуются более глубинные воздействия, реализация, которых могла бы быть осуществлена через проведение дополнительных совместных консультаций.

При анализе критериев «Шкала S», «Самоуважение», «Аутосимпатия», «Самоуверенность», «Самопринятие», «Саморуководство», «Самопонимание» уровни значимости  $< 0,05$ . Это говорит о том, что статистически достоверные различия обнаружены. Таким образом, представленные показатели свидетельствуют об эффективности программы по профилактике психологического насилия в супружеских отношениях, что проявляется в увеличении усредненных показателей, т. е. супруги адекватно оценивают собственную личность, видят в себе как негативные качества, так и позитивные. Таким образом, мы можем утверждать о результативности проведенного воздействия.

*Обработка вторичных данных по цветовому тесту отношений А. М. Эткинда по критерию U - Манна-Уитни на конец исследования.*

Данные математической обработки представлены в таблице № 19.

Таблица 19

*Результаты сравнение двух независимых выборок по критерию U - Манна-Уитни по цветовому тесту отношений А. М. Эткинда*

Критерии	Сумма рангов контрольной группы	Сумма рангов экспериментальной группы	Эмпирическое значение	Уровень значимости
Отношение к себе	1051	779	314,0000	0,044360
Отношение к супругу/е	1049	782	316,5000	0,048414
Эмоциональное отвержение	674	1157	208,5000	0,000356
Коммуникативный контроль	736	1095	270,5000	0,007959

Контроль свободы выбора	665	1165	200,0000	0,000219
Эмоциональный шантаж	730	1100	265,0000	0,006236
Ограничение свободы выбора	700	1130	235,0000	0,001480
Необоснованная ревность	725	1105	260,0000	0,004969
Унижение	694	1136	229,0000	0,001086
Угроза наказания	742	1089	276,5000	0,010315

При анализе математических данных мы обращаем внимание на уровень значимости. В таблице № 19 видно, что по критериям «Отношение к себе», «Отношение с супругу/е», «Эмоциональное отвержение», «Коммуникативный контроль», «Контроль свободы выбора», «Эмоциональный шантаж», «Ограничение свободы выбора», «Необоснованная ревность», «Унижение», «Угроза наказания» уровни значимости  $<0,05$ . Это свидетельствует о том, что обнаружены статистически достоверные различия. Это связано с тем, что супруги воспринимают себя и своего партнера положительно. Кроме того, программа по профилактике психологического насилия в супружеских парах способствовала понижению основных значений индикаторов психологического насилия в экспериментальной группе. Таким образом, мы можем утверждать о результативности проведенного воздействия.

С целью выявления произошедших изменений после проведения работы по профилактике психологического насилия в супружеских отношениях в экспериментальной группе, нами была проведена математическая обработка данных с применением критерия Т- Вилкоксона.

*Обработка вторичных данных по «Шкале социальных репрезентаций психологического насилия в супружеских отношениях» по критерию Т – Вилкоксона на конец исследования.*

Данные математической обработки представлены в таблице № 20.

*Результаты сравнения экспериментальной группы до и после проведения  
воздействия по критерию T – Вилкоксона по «Шкале социальных  
репрезентаций психологического насилия в супружеских отношениях»*

Критерии	T	Уровень значимости
Угроза физ. здоровью	2,0000	0,009345
Чрезмерное контролир. физ. свободы	0,0000	0,001474
Общая дестабилизация	4,5000	0,000032
Доминирование	0,0000	0,000008
Неадекватное разрешение супружеских конфликтов	0,0000	0,000012

При анализе математических данных в экспериментальной группе до и после проведения воздействия, мы смотрим на уровень значимости. Уровень значимости критериям «Угроза физическому здоровью» равен 0,009345, «Чрезмерное контролирование физической свободы» - 0,001474, «Общая дестабилизация» - 0,000032, «Доминирование» - 0,000008, «Неадекватное разрешение супружеских конфликтов» - 0,000012. Полученные значения  $<0,01$ . Это говорит о том, что различия обнаружены на высоком уровне значимости. Данные показатели свидетельствуют о том, что заметно снизился уровень дестабилизации супружеской диады, что свидетельствует о преобладании во взаимодействии с партнером взаимоуважения, взаимоотношения строятся на основе партнерства. Решение спорных вопросов осуществляется за счет навыков конструктивного урегулирования конфликта, приобретенных в ходе профилактической работы, кроме того необходимость применения угроз физическому здоровью утратила актуальность, так как были развиты навыки контроля собственного эмоционального состояния. Так же, супруги приобрели положительный опыт сотрудничества, который способствовал уходу от

взаимодействия построенном на доминировании и контроле физической свободы. Таким образом, полученные результаты демонстрируют положительную динамику смещения акцента с психологического насилия на установление равноправных, доверительных взаимоотношений в супружеской диаде.

*Обработка вторичных данных по «Шкале оценки психологического насилия в супружеских отношениях» по критерию T- Вилкоксона на конец исследования.*

Данные математической обработки представлены в таблице № 21.

Таблица 21

*Результаты сравнения экспериментальной группы до и после проведения воздействия по критерию T– Вилкоксона по «Шкале оценки психологического насилия в супружеских отношениях»*

Критерии	T	Уровень значимости
Преступное поведение	1,5000	0,012852
Запугивающее поведение	0,0000	0,000132
Дисфункциональное поведение	3,0000	0,000214

Анализируя таблицу № 21, мы наблюдаем, что по критерию «Преступное поведение» уровень значимости не достигает 0,01. Это свидетельствует о том, что различия обнаружены на высоком уровне значимости. Таким образом, мы можем утверждать, что риск нанесения психологической травмы (угрозы причинить повреждения или сильно избить; угрозы убийства партнера или самого себя) снизился. Данные изменения могут быть достигнуты за счет проработки навыков выхода из ситуации психологического насилия, а так же навыков снятия эмоционального и физического напряжения. Таким образом, супруги способны самостоятельно справиться с нарастающим гневом и конструктивно разрешить ситуации с применением психологического давления, не прибегая к поведению основанном на принуждении.

По критерию «Запугивающее поведение» так же уровень значимости  $< 0,01$  (0,000132), т. е. различия обнаружены на высоком уровне значимости. Таким образом, мы можем утверждать, что риск нанесения психологической травмы по данному критерию снизился. Следовательно, значения по критерию запугивающее поведение (угрозы в изоляции, словесных унижениях, оскорблениях, обзываниях и т. д.) претерпели значительные изменения, т. е. данные поведенческие проявления утратили важность использования в супружеском взаимодействии, вследствие развития коммуникативной компетентности супругов, осуществляющуюся через достижение взаимопонимания партнеров по общению на вербальном и невербальном уровне.

По критерию «Дисфункциональное поведение» уровень значимости не превышает 0,01 (0,000214), т. е. различия экспериментальной группы до и после воздействия обнаружены на высоком уровне значимости. Таким образом, мы можем утверждать, что риск нанесения психологической травмы (использование мужского (женского) привилегированного положения; использование детей как аргумента в споре; обесценивание, игнорирование, отказы и обвинения и т. д.) по данному критерию снизился. Данные показатели свидетельствуют о преобладании адекватных способов взаимодействия между супругами, основанных на равноправии, удовлетворении потребностей и интересов обоих супругов.

Таким образом, мы можем констатировать положительную динамику, наблюдающуюся по результатам проведения работы по профилактике психологического насилия, в экспериментальной группе в направлении осуществления супружеского взаимодействия через применение эффективных стратегий построения межличностных отношений, основанных на позиции открытого партнерства.

*Обработка вторичных данных по методике выявления характера взаимодействия супругов в конфликтной ситуации Ю. А. Алешиной, Л. Я. Гозмана, Е. М. Дубовской по критерию Т – Вилкоксона на конец исследования.*

Данные математической обработки представлены в таблице № 22

Таблица 22

*Результаты сравнения экспериментальной группы до и после проведения воздействия по критерию Т– Вилкоксона по методике выявления характера взаимодействия супругов в конфликтной ситуации Ю. А. Алешиной, Л. Я.*

*Гозмана, Е. М Дубовской*

Критерий	Отношения с родственниками и друзьями	Воспит. дет.	Проявление автономии	Нарушение рол.ожи д.	Рассогласование норм поведения	Проявление доминирования одним из супругов	Проявление ревности	Разногласия в отношении к деньгам
По критериям активность и пассивность реакций								
Т	66,500 00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	22,000 00
Уровень значимости	0,4079 79	0,0678 90	0,027 709	0,0076 86	0,000 982	0,003346	0,0033 46	0,5750 63
По критериям позитивной и негативной реакций								
Т	42,500 00	45,000 00	63,00 000	40,000 00	55,00 000	0,00	5,5000 00	7,0000 00
Уровень значимости	0,1873 13	0,1359 23	0,116 889	0,0268 76	0,035 481	0,000982	0,0249 33	0,4630 72

При анализе математических данных мы обращаем внимание на уровень значимости. В таблице № 22 видно, что по критериям «Отношения с родственниками и друзьями», «Воспитание детей», «Разногласия в отношении к деньгам» уровень значимости  $> 0,05$ . Таким образом, статистически достоверных различий выявлено не было. Данные показатели свидетельствуют о том, что у супругов в ситуациях связанных с воспитанием детей продолжают активно защищать свою точку зрения и негативно воспринимать мнение партнера. При появлении разногласий в отношениях с родственниками и друзьями проявляют пассивную позитивную реакцию на возникший конфликт. Разногласия супругов в отношении к деньгам решаются активным противостоянием мнений партнеров окрашенной как позитивно, так и негативной реакцией. Следовательно, программа по

профилактике психологического насилия в данных направлениях была неэффективна, так как представленные критерии рассматриваются нами как второстепенные области взаимодействия супругов.

По критерию «Проявление автономии» так же уровень значимости превышает  $> 0,05$ , что свидетельствует о преобладании активной негативной реакции во взаимодействии с супругом в случае проявления автономии партнера. Полученные данные могут свидетельствовать, как и об отсроченном временном эффекте воздействия программы, так и о том, что положительный эффект программы по профилактике психологического насилия наблюдается по основным показателям, относящимся к непосредственному взаимодействию основанном на принуждении, в супружеской диаде.

По критериям «Нарушение ролевых ожиданий», «Рассогласование норм поведения», «Проявление доминирования одним из супругов», «Проявление ревности» уровень значимости не превышает  $< 0,05$ , что свидетельствует о статистически значимых различиях. Следовательно, в представленных конфликтных ситуациях супруги стремятся полагаться на мнение партнера по браку, действуют на основе открытого диалога, что дает возможность конструктивно разрешать спорные вопросы. Такие проявления психологического насилия как ревность и доминирование реализуются супругами в меньшей степени, что свидетельствует о преобладании во взаимодействии с партнером по браку психологической установки на гармоничные семейные отношения.

Таким образом, можно утверждать, что программа по профилактике психологического насилия в супружеских отношениях дала необходимые положительные сдвиги по основному спектру взаимодействия супругов, основанном на психологическом насилии.

*Обработка вторичных данных по опроснику агрессивности А. Басса-А. Дарки по критерию Т- Вилкоксона на конец исследования.*

Данные математической обработки представлены в таблице № 23

*Результаты сравнения экспериментальной группы до и после  
проведения воздействия по критерию Т – Вилкоксона по опроснику  
агрессивности А. Басса- А. Дарки*

Критерии	Т	Уровень значимости
Косвенная агрессия	27,50000	0,006601
Раздражение	23,00000	0,001304
Негативизм	102,5000	0,925640
Обида	63,00000	0,197834
Подозрительность	37,00000	0,013594
Вербальная агрессия	53,50000	0,010168
Чувство вины	59,50000	0,051604

При анализе математических данных таблицы № 23 в экспериментальной группе до и после проведения воздействия, мы смотрим на уровень значимости. Уровень значимости критерия «Косвенная агрессия» равен 0,006601. Данное значение  $< 0,01$ . Это говорит о том, что различия обнаружены на высоком уровне значимости. Следовательно, супруги в меньшей степени выражают агрессию окольным путем, таким образом, конфликт в супружеской паре не переходит и на третье лицо, а решается за счет навыков конструктивного взаимодействия приобретенных в ходе профилактической работы.

Уровень значимости «Раздражения» равен 0,001304. Значение так же  $< 0,01$ . Различия так же обнаружены на высоком уровне значимости. Данные показатели свидетельствуют о том, что супруги в меньшей степени подвержены сиюминутному выплеску эмоций. Полученные данные могут быть связаны с тем, что в ходе профилактической работы супругами были получены навыки адекватного выражения эмоций, а так же навыки саморегуляции.

По критерию «Негативизм» уровень значимости составляет 0,925640, а по критерию «Обида» - 0,197834. Данные уровни значимости  $> 0,05$ , что свидетельствует о том, что статистически достоверные различия не обнаружены. Следовательно, программа по профилактике психологического



насилия не повлияла на снижение данных критериев, это связано с тем, что требуются более глубинные воздействия, реализация, которых могла бы быть осуществлена через проведение дополнительных совместных консультаций.

Уровень значимости критерия «Подозрительность» - 0,013594, «Вербальная агрессия» - 0,010168. Данные значения  $\leq 0,01$ . Значит, по данным критериям, обнаружены различия на высоком уровне значимости. Следовательно, супруги удовлетворены отношением с партнером, т. е. супруг/а воспринимаются положительно. Выражение негативных чувств по отношению к супругу осуществляется через обсуждение значимых для членов семьи проблем, открытую коммуникацию, которая подразумевает использование «Я – сообщений», техник активного слушания, откровенность в передаче чувств и отреагирование состояния партнера.

Значение уровня значимости критерия «Чувство вины» составляет 0,051604. Этот уровень значимости  $\leq 0,05$ , что говорит о том, что обнаружены статистически достоверные различия. Следовательно, произошло выравнивание значений (усреднение) по данному критерию, т. е. супруги адекватно оцениваю собственные действия и поступки.

Полученные данные свидетельствуют о том, что у супружеских пар, принимавших участие в программе по профилактике психологического насилия, наблюдаются изменения по ключевым показателям психологического насилия в пользу их понижения. Что в свою очередь свидетельствует об эффективности проведенного воздействия.

*Обработка вторичных данных по методике «Коммуникативная установка» В. Бойко по критерию Т- Вилкоксона на конец исследования.*

Данные математической обработки представлены в таблице №. 24.

Таблица 24

*Результаты сравнения экспериментальной группы до и после проведения воздействия по критерию Т – Вилкоксона по методике «Коммуникативная установка» В. Бойко*

Критерии	T	Уровень значимости
Завуалированная жестокость	68,00000	0,002111
Открытая жестокость	65,50000	0,015767
Брюзжание	29,00000	0,024541
Негативный личный опыт	64,00000	0,349103
Негативная коммуникативная установка	12,00000	0,034171

При анализе математических данных таблицы № 24, были выявлены следующие результаты: по критерию «Завуалированная жестокость» уровень значимости равен 0,002111. Различия по критерию «Завуалированная жестокость» обнаружены на высоком уровне значимости.

По критериям «Открытая жестокость» – 0,015767, «Брюзжание» – 0,024541, «Негативная коммуникативная установка» – 0,034171 уровень значимости  $< 0,05$ , что свидетельствует о статистически значимых различиях. Следовательно, супруги недовольство партнером разрешают через открытый диалог в основе которого лежит осознанное понимание причин собственного недовольства, а так же понимание того, что хочет партнер, и умения согласовать цели всех сторон взаимодействия. Выводы о взаимодействии с партнером строятся вследствие обоснованных обобщений и рассмотрения всех факторов в области взаимоотношений с партнером. Переживания по поводу партнера высказываются в приемлемой форме, без осуждения. Данные изменения могут быть обоснованы тем, что одним из направлений работы по профилактике психологического насилия в супружеских отношениях было повышение уровня коммуникативной компетентности супругов. Данное направление было реализовано через ознакомление супругов с общими условиями организации успешной коммуникации, а так же развитие взаимопонимания партнеров по общению на вербальном и невербальном уровне.

По критерию «Негативный личный опыт» статистически значимых различий не выявлено, так как требуются более глубинные воздействия,

реализация, которых могла бы быть осуществлена через проведение дополнительных совместных консультаций.

*Обработка вторичных данных по опроснику самооотношения В. В. Столина, С. Р. Пантелеева по критерию Т - Вилкоксона на конец исследования.*

Данные математической обработки представлены в таблице № 25.

Таблица 25

*Результаты сравнение экспериментальной группы до и после проведения воздействия по критерию Т – Вилкоксона по опроснику самооотношения В. В. Столина, С. Р. Пантелеева*

Критерии	Т	Уровень значимости
Шкала S	8,000000	0,008775
Самоуважение	38,00000	0,035693
Аутосимпатия	37,00000	0,019594
Ожидаемое отношение от других	36,00000	0,606746
Самоинтерес	3,000000	0,224917
Самоуверенность	46,00000	0,000125
Отношение других	78,50000	0,760479
Самопринятие	0,00	0,027709
Саморуководство	0,00	0,011719
Самообвинение	24,50000	0,759766
Самопонимание	24,00000	0,040889

Анализируя таблицу № 25, мы наблюдаем, что уровень значимости  $\leq 0,01$  выявлен по критериям: «Шкала S» - 0,008775, «Самоуверенность» - 0,000125, «Саморуководство» - 0,011719. Следовательно, по данным критериям, обнаружены различия на высоком уровне значимости. Таким образом, супруги позитивно относятся к собственной личности, адекватно оценивая в себе как позитивные, так и негативные качества. Супруги проявляют уважение к себе, которое связано с уверенностью в своих возможностях и способностях. Доверяют своим решениям, сообразно относятся к возникающим трудностям и препятствиям. Большинство

супругов считают основным источником развития своей личности, регулятором достижений и успехов – себя. Переживают собственное "Я" как внутренний стержень, который координирует и направляет всю активность, организует поведение и отношения с людьми, что делает его способным прогнозировать свои действия и последствия возникающих контактов с окружающими.

По критериям «Самоуважение» - 0,035693, «Аутосимпатия» - 0,019594, «Самопринятие» - 0,027709, «Самопонимание» - 0,040889 уровень значимости  $< 0,05$ , что свидетельствует о статистически значимых различиях. Следовательно, большинство супругов верят в собственные силы, способности, энергию, самостоятельность. Супруги довольны своими личностными особенностями, манерой поведения, морально-волевыми качествами, а так же способны обнаруживать смысл собственных поступков; способны отвечать на причинные вопросы о своем характере, мировоззрении, отношении к себе и другим людям, а также о том, как другие понимают его.

По критериям «Ожидаемое отношение от других», «Самоинтерес», «Отношение других», «Самообвинение» уровень значимости  $> 0,05$ , что свидетельствует о том, что статистически достоверные различия не обнаружены. Полученные данные свидетельствуют о том, что рассматриваемые показатели не претерпели значительных изменений в силу первоначальной устойчивости на уровне адекватного представления, о том, как их могут воспринимать окружающие, так и ощущением компетентности и способности решать многие жизненные вопросы. По критерию «Самообвинение» уровень значимости так же имеет значение  $> 0,05$ . Это связано с тем, что требуются более глубинные воздействия, реализация, которых могла бы быть осуществлена через проведение дополнительных совместных консультаций.

Таким образом, можно утверждать, что программа по профилактике психологического насилия в супружеских отношениях дала необходимые положительные сдвиги в самоотношении супругов. Данные изменения

могут быть обоснованы тем, что одним из направлений работы по профилактике психологического насилия было формирование адекватной самооценки у супругов, которая была достигнута за счет совершенствования умения адекватно воспринимать критику, развития способности осознавать и вербализовать свои чувства, находить слова для их обозначения, а так же расширения представлений о других и себе.

*Обработка вторичных данных по цветовому тесту отношений А. М. Эткинда по критерию Т – Вилкоксона на конец исследования.*

Данные математической обработки представлены в таблице № 26.

Таблица 26

*Результаты сравнение экспериментальной группы до и после проведения воздействия по критерию Т – Вилкоксона по цветовому тесту отношений А. М. Эткинда*

Критерии	Т	Уровень значимости
Отношение к себе	6,000000	0,000536
Отношение к партнеру	0,00	0,000346
Эмоциональное отвержение	0,00	0,000982
Коммуникативный контроль	7,000000	0,007133
Контроль свободы выбора	0,00	0,005062
Эмоциональный шантаж	11,00000	0,028057
Ограничение свободы выбора	15,00000	0,006134
Необоснованная ревность	25,00000	0,026184
Унижение	2,000000	0,025063
Угроза наказания	3,500000	0,000355

Анализируя таблицу № 26, мы наблюдаем, что уровень значимости  $\leq 0,01$  выявлен по критериям: «Отношение к себе»- 0,000536, «Отношение к партнеру» - 0,000346, «Эмоциональное отвержение» - 0,000982, «Коммуникативный контроль» - 0,007133, «Контроль свободы выбора» - 0,005062, «Эмоциональный шантаж» - 0,028057, «Ограничение свободы выбора» - 0,006134, «Угроза наказания» - 0,000355.

По критериям «Необоснованная ревность» - 0,026184, «Унижение»- 0,025063 уровень значимости  $< 0,05$ , что свидетельствует о статистически значимых различиях.

Следовательно, у супругов наблюдается положительное отношение как по отношению к себе, так и по отношению к партнеру, кроме того основные проявления психологического насилия рассматриваются супругами с негативной точки зрения, что в свою очередь понижает риск возобновления данных действий в супружеских отношениях. Полученные данные могут быть обоснованы тем, что супругами были получены навыки преодоления взаимодействия основанного на психологическом насилии, а так же отношения с партнером по браку воспринимаются как ценность, за счет формирования конструктивной позиции в решении вопросов, связанных с психологическим насилием в супружеских отношениях.

Данные математической обработки сравнения контрольных групп на конец исследования по критерию Т - Вилкоксона представлена в ПРИЛОЖЕНИИ 2.

Из представленных данных можно сделать вывод, что в контрольной группе по истечению времени не было выявлено статистически достоверных результатов, так как значения показателей уровня значимости по применявшимся методикам  $> 0,05$ , следовательно, изменения, произошедшие в экспериментальной группе, были получены за счет проведения работы по профилактике психологического насилия в супружеских отношениях. Кроме того, нами были проанализированы, в том числе и субъективные самоотчеты участников программы по профилактике психологического насилия, которые отмечали положительные перемены во взаимоотношениях с партнером по браку. Установить полноценные супружеские отношения, по мнению участников, дали возможность парные упражнения, которые позволили раскрыться перед партнером и осознать переживания, связанные с семейной

жизнью, задуматься о потребностях каждого из супругов, что в свою очередь способствовало расширению представлений о себе и партнере. Особенно актуальным для супружеских пар оказалось обучение навыков конструктивного общения, в ходе которого на практике супругам удалось отработать использование «Я-сообщений» для отреагирования партнером эмоционального состояния супруга/и и передачи неискаженного сообщения.

Супруги подчеркнули, что совместные консультации дали возможность остановиться на разрешении конкретных проблем, возникающих в паре.

Многие супруги отмечали, что участие в программе по профилактике психологического насилия подтолкнуло их задуматься о том, что неразрешенные семейные конфликты, претензии, недомолвки, обида, ревность и т. д. это источник возникновения психологического насилия в семье, справиться с которым возможно, только если будут приложены совместные усилия супругов.

Таким образом, подводя итоги проделанной работы, мы можем утверждать, что программа по профилактике психологического насилия в супружеских парах была эффективна.

### **ВЫВОДЫ ПО ТРЕТЬЕЙ ГЛАВЕ:**

Апробация программы по профилактике психологического насилия, позволила сделать вывод о её позитивном эффекте. Если до проведения работы по профилактике психологического насилия взаимодействие супругов основывалось на деструктивных способах взаимодействия: выражение негативных чувств по отношению к супругу осуществлялось через словесные унижения, угрозы, жестокость, брюзжание, дистанцирование, подозрительность, доминирование. Кроме того наблюдалось эпизодическое смещение агрессивных реакций на третье лицо. Так же, у супругов наблюдался расширенный спектр конфликтных ситуаций. Вследствие самоотношение супругов было деформировано (полное значение показателей). Кроме того, отмечалось отрицательное отношение не только к

партнеру по браку, но и к собственной личности.

От занятия к занятию, взаимодействие супругов приобретало конструктивную направленность, что положительно сказалось не только на изменении личностного отношения к партнеру, но и способствовало выработке способов продуктивного разрешения проблемных семейных ситуаций, без применения деструктивных способов реагирования.

Таким образом, обеспечивая направленность работы по профилактике психологического насилия в супружеских отношениях по основным составляющим феномена психологического насилия, возможно сформировать конструктивную позицию в решении вопросов, связанных с психологическим насилием в супружеских отношениях.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

В современном мире в ходе трансформации общественного уклада, происходит реструктурирование семейно-брачных отношений, которые требуют от супругов мобилизации сил в целях адаптации к меняющимся условиям жизни. Но не каждая пара способна преодолеть трудности, возникающие в супружеской жизни, что приводит к ослаблению межличностных отношений, возникновению размолвок и конфликтов между супругами, дестабилизирует весь семейный уклад жизни, зачастую это приводит к появлению насилия в семье.

Весьма распространенным явлением в межличностных отношениях мужчин и женщин, и присущее практически всем случаям насилия в семье является психологическое насилие.



Под психологическим насилием мы понимаем, повторяющееся во времени, преднамеренное психологическое воздействие на структурные составляющие личности оппонента, в основе которого заложено принудительное действие, осуществляющееся через деструктивные формы влияния и отреагирования, влекущее к возникновению психологической травматизации.

Психологическое насилие – это явление высокой степени сложности, детерминированного совокупностью внешних (социально-культурных условий жизни, созданных в обществе), внутрисемейных (условий формирования внутрисемейной среды, заключающихся в особенностях взаимодействия в самой семье) и индивидуальных характеристик личности супругов.

В результате проведенного эмпирического исследования нами были получены данные о распространенности психологического насилия в супружеских отношениях, которые свидетельствуют о присутствии данного деструктивного взаимодействия примерно у половины супружеских пар.

Последствия психологического насилия, перенесенные в супружеских взаимоотношениях, сказались на различных сферах жизнедеятельности партнеров по браку:

- эмоциональная (агрессия, чувство вины, раздраженность, обида и т.д.)
- личностная (амбивалентное отношение к себе, самообвинение, низкий уровень самоуверенности и саморуководства и пр.);
- поведенческая (подозрительность, эмоциональное давление, коммуникативный контроль, необоснованная ревность);
- сфера межличностных отношений (негативная коммуникативная установка: открытая и закрытая коммуникативная жестокость, брюзжание; конфликтность, агрессивность и пр.).

Таким образом, перед нами была поставлена задача разработки и апробации программы по ранней профилактике психологического насилия, которая была направлена на формирование активного, адаптивного,

высокофункционального жизненного стиля, который обеспечивает реализацию прав, удовлетворение потребностей и интересов и формирование психологической установки на гармоничные семейные отношения.

В ходе реализации программы по профилактике психологического насилия в супружеских парах взаимодействие супругов приобретало конструктивную направленность, что положительно сказалось не только на изменении личностного отношения к партнеру, но и способствовало выработке способов продуктивного разрешения проблемных семейных ситуаций. У супругов наблюдается смещение акцента взаимодействия с деструктивных способов реагирования на установление равноправных взаимоотношений в супружеской подструктуре. Партнер воспринимается как положительный, наблюдаются изменения по ключевым показателям психологического насилия в пользу их понижения: разрешение супружеских конфликтов реализуется через применение конструктивных способов взаимодействия, контролирование физической свободы сменилось на проявление доверия к деятельности партнера по браку, угроза физическим наказанием претерпели изменения в пользу вербального адекватного обоснования ситуации, в следствие наблюдается снижение по уровню дестабилизации семейной системы. Так же, супруги приобрели положительный опыт сотрудничества, который способствовал уходу от взаимодействия построенном на доминировании. Наблюдается снижение риска возникновения психологической травматизации, за счет развития навыков отреагирования собственного эмоционального состояния в стрессовых ситуациях супружеской жизни, а так же применение техник адекватного выражения эмоций. Выражение негативных чувств по отношению к супругу осуществляется через обсуждение значимых для членов семьи проблем, открытую коммуникацию, которая подразумевает использование «Я – сообщений», техник активного слушания, откровенность в передачи чувств и отреагирование состояния партнера.

Таким образом, мы можем констатировать положительную динамику, наблюдающуюся по результатам проведения работы по профилактике психологического насилия, в направлении осуществления супружеского взаимодействия через применение эффективных стратегий построения межличностных отношений, основанных на позиции открытого партнерства.

Таким образом, обеспечивая направленность работы по профилактике психологического насилия в супружеских отношениях по основным составляющим феномена психологического насилия, возможно сформировать конструктивную позицию в решении вопросов, связанных с психологическим насилием в супружеских отношениях.

## **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. И. Авидон, О. Гончарова «Тренинг взаимодействия в конфликте. – СПб.: Речь, 2014,- 192с.
2. Ажгихина Н. И. Молчание питает насилие, или частная жизнь российской женщины / Н.И. Ажгихина, Н.И. Абубикирова – М., - 2003.- 279с
3. Акулич М. М., Беседина О. А. Основные подходы к изучению семейного насилия над детьми в современной социологии // Известия Уральского федерального университета. Серия 3: Общественные науки. – 2013. – Т. 115. – № 2. – С. 89-96.
4. Алешина Ю. Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование.— Изд. 2-е. — М.: Независимая фирма «Класс», 2013. — 208 с.

5. Алтозар, К. Отношение эстонских подростков к сексуальному насилию и его случаи в подростковой среде / К. Алтозар // Европейский журнал по сексуальному и репродуктивному здоровью. - 2006. - № 6. - С. 26-27.
6. Андреева Т. В. Семейная психология: Учеб. Пособие. – СПб.: Речь, 2012,- 244с
7. Аносова Н. Манипулятивные практики во взаимодействии мужчин и женщин // Гендерные практики: описание, рефлексия, интерпретация: материалы V Международной межвузовской конференции молодых исследователей «Гендерные практики: традиции и инновации (10—12 ноября 2005 г.)» / отв. ред. Т. А. Мелешко, И. И. Юкина. СПб. : Алина, 2007. С. 40—44
8. Антаков С.М. Стокгольмский синдром и феномен любви к насильнику // Насилие и ненасилие: Философия, политика, этика: Материалы междунар. интернет-конф., 15 мая – 31 июля 2002 г / Ин-т философии РАН / Под ред. Р.Г. Апресяна. М.: Фонд независимого радиовещания, 2011. С.146–149.
9. Баева И. А. Ресурсы психологической защищенности и факторы сопротивляемости насилию в онтогенезе / И. А. Баева // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. – 2013. – № 155. – С. 5 – 16.
10. Берг-Кросс Л. Терапия супружеских пар / Л. Берг-Кросс. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2014.- 528 с.
11. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль/Л. Берковиц. СПб.:Прайм-Еврознак,2012.512 с.
12. Богданович В. Н. Истории и метафоры в помощь ведущему тренинга. — СПб.: Издательство «Речь», 2010. — 224 с.
13. Богданович В. Н. Истории и метафоры в помощь ведущему тренинга. — СПб.: Издательство «Речь», 2010. — 224 с.
14. Брайцева Е. А. Женское супружеское насилие: автореф. дис. к. соц. н. – Н. Новгород, 2009. – 23 с.
15. Брайцева Е. А. Домашнее насилие: мужчины также могут быть жертвами/Е. А. Брайцева/ Вестник Нижегородского университета им. Н. И. Лобачевского: Серия социальной науки. Выпуск 1(6). Н. Новгород: Изд-во ННГУ, 2007.-С.10-15.

16. Брайцева Е. А. Психологический климат в семье как индикатор супружеского насилия /Е. А. Брайцева /Вестник Нижегородского университета им. Н. И. Лобачевского: Серия социальной науки. Выпуск 3(8). Н. Новгород: Изд-во ННГУ, 2007.-С. 9-15.
17. Брайцева Е. А. Социально- психологическое сопровождение мужчин, вовлеченных в ситуацию супружеского насилия/Е. А. Брайцева/ Вестник Нижегородского университета им. Н. И. Лобачевского: Серия социальной науки. Выпуск 1(9). Н. Новгород: Изд-во ННГУ им. Н. И. Лобачевского, 2008.-С.21-28.
18. Бэрон Р. Агрессия/ Р. Бэрон, Д. Ричардсон.: СПб, 2014.- 336 с.
19. Вацлавик П., Бивин Д., Джексон Д. - Психология межличностных коммуникаций. Издательство: Речь, 2014.-310 с.
20. Ветошкин С. А. Ювенальное право: Учеб. пособие. Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2008. с. 168.
21. Витек К. Проблемы супружеского благополучия: Пер. с чеш/Общ. ред. и предисл. М. С. Мацковского.-М.: Прогресс, 2012.-144с.
22. Волков Е. Н. Критерии, признаки, определения и классификация вредящего психологического воздействия: психологическое травмирование, психологическая агрессия и психологическое насилие.//Журнал практического психолога. 2002. №6.-С. 183-199.
23. Насилие и его влияние на здоровье. Доклад о ситуации в мире. М.: Издательство «Весь Мир», 2013 г.-349с.
24. Голод С. И. Социально-демографический анализ состояния и эволюции семьи // Социологическое исследование. 2008. № 1.С40-49.
25. Горшкова И.Д. Насилие против жен как проблема социологического анализа / И.Д. Горшкова, И.И. Шурыгина // Общество и гендер. Материалы летней школы. – Рязань: «Поверенный», 2003. С.12-28.
26. Глуханюк Н. С. Практикум по психодиагностике: учеб. пособие – 2-е изд., переруб. и доп. – М.: Издательство Московского психолого-социального института, 2005. – 216с.
27. Гурко Т. А. Удовлетворенность браком как показатель супружеских отношений // Семья и социальная структура. М., 2013.-105-110с.
28. Даренских С. С. Семейное насилие в отношении женщин // Известия Алтайского государственного университета. 2013. № 2. С. 52—55.

29. Донцов А. И, Донцов Д. А, Донцова М. В. Дети и подростки, подвергающиеся жестокому обращению и насилию//Образовательные технологии №3, 2012. С.108-134.
30. Дмитриева Д. Я., Фурманов И. А. Гендерные различия в переживаниях супружеских отношений // Психология XXI века: Материалы Международной научно-практической конференции. СПб., 2008.-С.9-14.
31. Досина Н. В., Смирнов Я. О. Семейная власть как источник насилия: (проблема контроля и преодоления в социальной политике) / Н. В. Досина, Я. О. Смирнов // Власть. - 2011. - № 12.. - С. 116-118.
32. Доценко Е. Л. Психология манипуляции: феномены, механизмы и защита. М.: ЧеРо, 2012. — 344 с.
33. Еремеев С. Г. Психологическое воздействие (насилие) как фактор противоправного поведения (на основе анализа УК РФ) Научно-практический журнал. Омск. Учредитель издания: Омская академия МВД России, 2011. - 54 с.
34. Ермолова Д. Ю. Технологии социальной работы с различными группами населения: Учебное пособие / Под ред. проф. П.Д. Павленка.— М.: ИНФРА-М, 2009. — 272 с.
35. Забелина Т. Ю. Домашнее насилие в отношении женщин: государственная проблема или «личное дело»? // Женщина в российском обществе. – 2008. № 4. – С. 77–85.
36. Ильин Е. П. Насилие как психологический феномен.//Журнал Вестник Герценовского университета. 2013.№1.-С.167-174.
37. Ильин Е. П. Психология общения и межличностных отношений. — СПб.: Питер, 2009. — 576 с.: ил. — (Серия «Мастера психологии»).
38. Ильина С.В. К проблеме экспериментального исследования паттернов детско-родительских отношений взрослого пациента (тезисы доклада). // I Международная конференция памяти А.Р.Лурии, тезисы докладов. М., МГУ, 2012. С. - 72.
39. Калинина С.Б. Психологические особенности женщин – жертв домашнего насилия // Психология. Пермь. – 2010. - №19. - С. 54-60.

40. Канеева Л.Ш. Профилактика психологического насилия в школах. Психология XXI века.- СПб.: Питер,2012.-С.378.
41. Карабанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: Учебное пособие. — М.: Гардарики, 2015. — 320 с.
42. Кипнис М.Ш. Тренинг семейных отношений. 2-е изд. - М. Ось-89, 2014.-С-174.
43. Клёцина И. С., Иоффе Е. В. Гендерный подход в анализе причин проявления насилия в близких отношениях между мужчинами и женщинами//Женщина в российском обществе.2015.№1.-С. 4-17.
44. Клёцина И. С. Психологическое насилие в гендерных межличностных отношениях: сущность, причины и последствия // Жизнь без насилия: материалы научнопрактического семинара «Домашнему насилию НЕТ» / под ред. С. Л. Акимовой. СПб. : Островитянин, 2009. С. 7—30.
45. Козлов В.В., Козлова А.А. Управление конфликтом / В.В. Козлов, А.А. Козлова. — М.: Издательство «Экзамен», 2004. — 224 с.
46. Козырев Г. И. Проблема насилия в теории, в массовом сознании и реальной жизни/ Г. И. Козырев// Вестник Московского гоу. Университета.- 2012. -Серия 7. -№6. 117-129с.
47. Красненков В. Л., Руднев А. О. Семейное насилие в отношении женщин как медико-социальная проблема (обзор литературы).//Верхневолжский медицинский журнал. -2014. №3.-С.21-24.
48. Лейкман Л. И. От теории к практике // Кризисный центр для женщин: опыт создания и работы. №5, 2011.С. 56-61 .
49. Лукин, Ю.Ф. Конфликтология: управление конфликтами: учебник для вузов/Ю.Ф. Лукин. — М.: Академический Проект; Гаудеамус, 2014.— 799 с.
50. Лунякова Л.Г. Проблемы насилия в отношении женщин // Народонаселение. – 2011. – № 1. – С. 118–121.
51. Лысова, А. В. Женская агрессия и насилие в семье // Общественные науки и современность. 2008. № 3. С. 167–176.
52. Лысова, А.В. Насилие на стадии свиданий в России / А.В. Лысова // Социологические исследования. - 2006. - № 2. - С. 94-103.

53. Лысова, А.В. Психология семьи. Ч.2: Учебное пособие. - Владивосток: ТИДОТ ДВГУ, 2003. - 224 с.
54. Малкина-Пых И. Г. Виктимология. Психология поведения жертвы. Справочник практического психолога/ И. Г. Малкина-Пых.- М.: Эксмо, 2010. — 864 с.
55. Мони́на, Е.К. Лютова -Робертс «Коммуникативный тренинг», С-П «Речь» 2012,- 234с.
56. Мильшин А. О. Социокультурные проблемы предупреждения насилия в семье / А.О. Мильшин // Сервис plus. – 2010. - № 3. – с. 85 – 93
57. Мицкевич, Ж.И. Система социальной профилактики насилия в семье / Ж.И. Мицкевич // Системный подход в оказании социально-психологической помощи семье: материалы Междунар. Науч.-практ.конф., г. Минск, 28-29 нояб. 2007 г.; редкол. А.А. Туровец, Ж.И.Мицкевич (отв. ред.), Н.И. Муфель (и др.).- Минск: БГПУ, 2008. – 167 с.
58. Мурашко, Е. А. Социальная профилактика насилия в молодежной среде/ Е. А. Мурашко// Современное образование и воспитание: тенденции, технологии, методики: сборник научных статей Международного научно-практической конференции, посвященной 100-летию МГУ имени А. А. Кулешова. 28 марта 2013г.- Могилев: МГУ Кулешова, 2013.-С. 253-255.
59. Насилие в семье: Особенности психологической реабилитации. Учебное пособие / Под ред. Н. М. Платоновой и Ю. П. Платонова. — СПб.: Речь, 2004.- 154с.
60. Насилие в семье: Учеб. пособие / Р.И. Ерусланова, К.В. Милюхин. - М.: Издательско - торговая корпорация "Дашков и К", 2011.-С. 156.
61. Невский А.С. Семейное насилие: профилактика рецидивов. Сборник информационно-методических материалов по профилактике семейного насилия .: СПб., 2009. С.-120.
62. Нижегородова Л. А. Психология супружества: теория и практика: учебно-методическое пособие/ Л. А. Нижегородова. -Челябинск: РЕК-ПОЛ, 2009.-152 с.



63. Никифоров Г. С., Шингаев С. М. Виды психической саморегуляции// Вестн. ЛГУ, 2014. – Вып. 1(№ 5).-92-101с.
64. Общая психология и психология личности/под ред. А. А. Реана.- АСТ МОСКВА; СПб.: Прайс –ЕВРОЗНАК, 2014.-636с.
65. Общественное здоровье и здравоохранение: Учебн. для студ. / Под ред. В.А.Миняева, Н.И.Вишнякова. М.: МЕДпресс-информ, 2003.С.- 528.
66. Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе. — М.: ТЦ «Сфера», 2001. - 240 с.
67. Орлов А. Б. Психологические аспекты насилия в семье - определение, аспекты, основные направления оказания психологической помощи//Психолог в детском саду.-200. №2-3.-С.183.
68. Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях : учеб. пособие для студ. учреждений высш. проф. образования / Н. Г. Осухова. — 5-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательский центр «Академия», 2012. — 320 с.
69. Попова И. В. Опыт исследования проблемы семейного насилия / И. В. Попова // Научный диалог. История. Социология. Культурология. Этнография. – 2012. – Выпуск. № 4. – С. 124 – 135.
70. Психологическое насилие и развитие личности. Методическое пособие под общей редакцией А.Ю. Егорова, О.Г. Фрейдман; - СПб.: СПб РО РБФ НАН, 2003. - 40 с.
71. Психология и педагогика. Курс лекций: Учеб. пособие для студентов вузов / А. К. Луковцева.»: КДУ; Москва, 2013.-190с.
72. Психология и педагогика: Учебное пособие / Николаенко В. М., Залесов Г. М., Андрюшина Т. В. и др. - М.: ИНФРА-М; Новосибирск: НГАЭиУ, 2010. - 175 с.
73. Психология конфликта. Хрестоматия / Сост. и общая редакция Н. В. Гришина. 2-е изд., доп.- СПб.: Питер, 2015.-480с.
74. Психология поведения жертвы: Учебное пособие / Составитель В.Е.Христенко.- Ростов н/Д: Феникс, 2014. – 416с.
75. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования / Е.И. Артамонова, Е.В. Ектанова, Е.В. Зырянова [и др.]; отв. ред. Е. Г. Силаева. – М.: Центр, 2004. – 192 с.

76. Пшеничникова А. В. Понятие и сущность социального насилия//Вестник КемГУ. 2013. №2 (54). С. 239-243.
77. Фирсов М. В. Психология социальной работы: содержание и методы психосоциальной практики : учеб. пособие для бакалавров / М. В. Фирсов, Б. Ю. Шапиро. — 6-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2015. — 390 с.
78. Родина И. В. Социальная проблематизация насилия в семье в современной России: диссертация ... докт. Соц. наук - Москва, 2007.- С. 355 .
79. Райгородский Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. Самара: Издательский Дом «БАХРАХ», 1998-672 с. Бойко
80. Российский гендерный порядок: социологический подход: Коллективная монография / Под ред. Е. Здравомысловой, А. Темкиной — СПб.: Изд-во Европейского университета, 2007. — 306 с.
81. Разорвать круг молчания... О насилии в отношении женщин / под ред. Н.М. Римашевской. - М. : Ком Книга, 2005. - 353 с.
82. Саенко Ю.В. Регуляция эмоций: тренинги управления чувствами и настроениями. СПб.: Речь, 2010. -232 с.
83. Сатир В. Вы и ваша семья. Издательство Апрель-Пресс, Институт Общегуманитарных Исследований, 2015 г.- 288 с.
84. Сатир В. Психотерапия семьи. Издательство: Речь, 2016 г.- 288 с.
85. Свистунова Л.П. Результаты деятельности по проекту «Создание регионального центра профилактики насилия» за период с 1 января 2003 г. по 31 декабря 2003 г. (поддержка Фонда Форда) / Л.П. Свистунова. - Иркутск: Изд-во ИрГТУ, 2000. С. -58.
86. Сидоренко Е. В. Личностное влияние и противостояние чужому влиянию // Психологические проблемы самореализации личности / Под ред. А.А. Крылова, Л.А. Коростылевой. СПб., 2011. С. 123–142.
87. Сидоренко Е. В. Тренинг влияния и противостояния влиянию. — СПб.: Речь, 2004. — 256 с
88. Солодников В. В. Социология социально-дезадаптированной семьи. – СПб, Директ, 2007, 384с.

89. Солнцева Н. В. Формула партнерства как основа взаимоотношений между членами семьи // Современные проблемы психологии семьи: феномены, методы, концепции. СПб. : Изд-во АНО «ИПП», 2009. Вып. 3. С. 64—69.
90. Социальная политика и социальная работа: гендерные аспекты Учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Под ред. Е. Р. Ярской-Смирновой. – М.: РОССПЭН, 2004. – 292 с.
91. Сошникова И. В., Чупина Г. А. Насилие в семье: социальные предпосылки и факторы риска. Вестник Челябинского государственного университета. 2010. № 20 (201). Выпуск 18. С. 174–188.
92. Сошникова И. В., Шерпаев В. И. Насилие-социальная опасность семьи// Известия Уральского Государственного Экономического Университета.- 2012. №5(43).- С.137-140.
93. Сулейманова В. И. Насилие в супружеских отношениях: Дис. ... канд. социол. Наук.: СПб., 2006.С.- 179 .
94. Табатадзе Г. С. Насилие как социальное явление/Вестник ВолГУ.Серия 7. Выпуск 3. 2012.С. 109-116.
95. Технология социальной работы: Учебно-методическое пособие/ Сост.: Т.К. Сологубова, Е. В. Мартынова. – Новошахтинск, 2015. – 66с.
96. Торохтий В. С. Психологическое здоровье семьи и пути его изучения // Вестн. психосоц. и коррекц.-реабилитацион. работы. - 2011. - №3. - С. 36-44.
97. Узис Б. Управление конфликтом. — СПб.: Питер, 2004. — 174 с.
98. Фахретдинова А.Б. Факторы, провоцирующие насилие над женщиной в супружеских отношениях//Вестник Нижегородского университета им. Н. И. Лобачевского. Серия Социальные науки,2011,№1(9),С.123-130.
99. Фирсов М.В., Студенова Е.Г. Теория социальной работы: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛА ДОС, 2011. —432с
100. Фурманов И. А. Взаимосвязь психологического насилия и эмоционального состояния супругов в семье / И. А. Фурманов, Д. Я. Дмитриева // Беларуский психологический журнал. – 2005. - № 1. – С. 33-40.

101. Фурманов И. А. Социальная психология агрессии и насилия: учебн. пособие / И.А. Фурманов. – Минск: БГУ, 2015. С.- 547.
102. Фурманов И. А Социальные репрезентации форм психологического насилия в супружеских отношениях в добрачный период// Психологический журнал .-2014 – № 1 (13). – С. 60-67.
103. Фурманов И. А. Эндогенные и экзогенные факторы эстафеты агрессии и насилия в семье / И.А. Фурманов // Психологический журнал. – 2011. – №2(18). – С. 9-14.
104. Хельве Казе. Насилие в близких отношениях. Методическое пособие. Таллинн, 2007.-39 с.
105. Целуйко, В.М. Быть вместе нельзя расставаться: Как спасти отношения / Валентина Целуйко. — Екатеринбург: У-Фактория; М.: АСТ Москва: Хранитель, 2011. – 254 с. - (Семья, Психолог и Я).
106. Шапарь В.Б. Двое в лодке. Тренинг семейных отношений. – Ростов н/Д: Феникс, 2012.-384с.
107. Шапарь В. Б. Практическая психология. Практическая психология: тесты, методики, диагностика В. Б. Шапарь. – Р.-на-Дону: Феникс, 2013. – 661 с.
108. Школа без насилия. Методическое пособие / Под ред. Н.Ю. Синягиной, Т.Ю. Райфшнайдер. — М.: АНО «ЦНПРО», 2015. — 150 с.
109. Шнейдер Л. Б. Психология семенных отношении, Курс лекции. — М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО- Пресс, 2012, - 512 с.
110. Эйдемиллер Э. Г., Юстицкис В. В. Психология и психотерапия семьи. 4-е изд.- СПб.: Питер, 2011. – 672 с.
111. Энциклопедия психодиагностики. Психодиагностика семьи. Самара: Издательский Дом «Бахрах-М», 2011. -695с.
112. Beyond J. Abuse a step-by-step. Guide to Facilitating Women's Domestic Abuse Groups. Minnesota, 2014.P. 110-131
113. Dominance and Symmetry in Partner Violence by Male and Female University Students in 32 Nations // Paper Presented at Conference on Trends in Intimate Violence Interventions. New York, May 23, 2011,c.112
114. Kimmel M. The Gendered Society. New York-Oxford: Oxford University Press, 2000. c.82

115. Straus M. A. The Conflict Tactics Scales and its critics: An evaluation and new data on validity and reliability // Physical violence in American families: Risk factors and adaptations to violence in 8,145 families. New Brunswick, New Jersey: Transaction Publishers, 2010. PP. 49 - 73.
116. Straus M.A. Behind Closed Doors: Violence in the American Family / M.A. Straus, R.J. Gelles, S.K. Stemmetz // Doubleday. – NY: Garden City, 1980; Straus, M.A. Physical Violence in American Families: Risk Factors and Adaptations to Violence in 8,145 Families / M.A. Straus, R.J. Gelles // Transaction Books. – NJ: New Brunswick, 2012., c. 157
117. Sonkin D. J., Martin D. & Walker L. E. The male batterer: A treatment approach. — New York: Springer, 2005.
118. Schneider U. Koerperliche Gewaltanwendung in der Familie: Notwendigkeit, Probleme und Moeglichkeiten eines strafrechtlichen u. Strafverfahrensrechtlichen Schutzes. Berlin, 2012.c. 139.
119. Waller L. psychology and Domestic Violence around the World// American psychologist. APA, 2011, January. P. 27.
120. Waller L. Battered Women/ L. Waller.-N.Y.: Harper & Row, 2012.

## Приложение 1

Программа по профилактике психологического насилия в супружеских  
отношениях.

Профилактическое мероприятие №1

**Тема лектория:** Психологическое насилие как фактор семейного неблагополучия.

**Цель:** формировать у супругов адекватное понимание проблемы существования психологического насилия в семье.

**Задачи:**

4. Сформировать целостное представление о феномене психологического насилия.
5. Ознакомить супружеские пары с понятиями патогенное супружество, «жертва» и «тиран».
6. Расширить знания супругов о факторах риска и негативных последствиях психологического насилия.

**Оборудование:** анкеты.

**Временные рамки:** 120 мин

**Ход лектория:**

1. Вступительное слово.
2. Анкетирование.
3. Домашнее насилие.
4. Психологическое насилие и формы проявления в семье.
5. Патогенное супружество.
6. Стадии насилия по Л. Уолкер.
7. Факторы риска возникновения психологического насилия.
8. Последствия психологического насилия.
9. Заключение (притча о счастливой семье).

**Вступительное слово.**

*- Добрый вечер, уважаемые гости! Сегодня мы с вами затронем тему, которая чаще всего скрыта от посторонних глаз и все же присутствует во многих семьях. Но, для начала, заполним небольшие анкеты.*

**Анкетирование. (5 мин)**

**Слайд 1.**

*- Как вы уже поняли, тема нашего лектория касается домашнего насилия, а именно - «Психологическое насилие как фактор семейного неблагополучия».*

Домашнее насилие является одной из самых сложных, противоречивых

и латентных проблем в большинстве современных обществ. По мнению ряда исследователей каждый человек (индивид), наиболее вероятно, может быть подвергнут различным насильственным действиям или даже убит именно членом своей семьи в собственном доме, а не сторонним незнакомцем на улице или в каком-либо другом месте.

На сегодняшний день современная российская семья, находится в условиях социально-семейного кризиса, заключающегося в значительном изменении брачно-семейной идеологии, взглядов мужчин и женщин на семейную жизнь, распределение ролей в семье, супружескую верность, характер отношений между поколениями. В такой ситуации не каждая из семей справляется со всеми трудностями, требующими мобилизации, адаптации к тем или иным социальным изменениям. В результате чего растет общее эмоциональное напряжение, уровень агрессии, неудовлетворенность, учащаются ссоры, конфликты, неизбежно они возникают даже в благополучных семьях, приводит к тому, что чаще всего в последнее время взаимоотношения в семье строятся по принципу насилия.

## **Слайд 2.**

### **Домашнее насилие.**

Согласно Организации Объединенных Наций, домашнее насилие определяется как любой акт насилия, совершенный на основании полового признака, который причиняет, или может причинить физический, половой или психологический ущерб или страдания женщинам, а также угрозы совершения таких актов, принуждение или произвольное лишение свободы, будь то в общественной или личной жизни.

В отличие от преступления, совершенного на улице незнакомцем, семейное насилие происходит в отношениях между близкими людьми. Пострадавшей от насилия в семье очень тяжело признавать, что у нее дома идет война и, как следствие, его безнаказанность порождает все более страшные его формы.

Жертвами насилия чаще всего становятся самые незащищенные члены семьи (женщина, ребенок, престарелые члены семьи, инвалиды). В 70% случаев пострадавшими от насилия в семье являются женщины и дети.

### **Психологическое насилие и формы проявления в супружеской диаде.**

*-Как вы считаете, какое из видов насилия является самым распространенным?(Ответы супругов).*

*-По мнению ряда исследователей данного феномена, самым распространенным из них считается именно психологическое насилие, кроме того именно оно является «почвой» для возникновения других видов насилия.*

Основным критерием психологического насилия следует считать наличие при воздействии на кого-то принуждения. Ни плохое отношение, ни причинение вреда не являются безусловными признаками насилия.

### **Слайд 3.**

Психологическое насилие – это повторяющееся во времени, преднамеренное психологическое воздействие на структурные составляющие личности оппонента, в основе которого заложено принудительное действие, осуществляющееся через деструктивные формы влияния и влекущее к возникновению психологической травмы.

*-Как вы думаете, как реализуется психологическое насилие в семье?(Ответы супругов).*

### **Слайд 4.**

Формы психологического насилия:

*-Запугивание и угрозы* - внушение страха криком, жестами, мимикой; угрозы физического наказания милицией, спецшколой, богом; проявление насилия над животными; угрозы бросить ребенка или отнять его, лишить денег и др.

*-Изоляция* - постоянный контроль за тем, что делают женщина или ребенок, с кем дружат, встречаются, разговаривают; запрет на общение с близкими людьми, посещение зрелищных мероприятий и др.



*-Унижение чувства собственного достоинства и чести:*

- *словесные оскорбления,*

- *деструктивная критика,* подразумевает высказывание пренебрежительных или оскорбительных суждений о личности человека (например, высмеивание того, что критикуемый не в состоянии изменить: внешности, социального или национального происхождения, сексуального здоровья и др.) и/или грубое, агрессивное осуждение его дел и поступков. К деструктивной критике относится также высказывание дополнительных критических замечаний адресату, который находится в состоянии душевной подавленности от жизненной неудачи (по принципу «А я еще добавлю для пущей пользы!»).

*-Игнорирование* представляет собой умышленное невнимание, рассеянность по отношению к партнеру, его высказываниям и действиям. Чаще всего воспринимается как признак пренебрежения и неуважения, например, «игра в молчанку» с супругом из-за отсутствия денег по причине задержки его заработной платы («Ничего у тебя вечно не получается, даже денег заработать не можешь!»).

*-Доминирование* – это отношение к другому человеку как к вещи или средству достижения своих целей, игнорирование его интересов и намерений.

*-Манипуляция* является опасным процессом, в результате воздействия которого всегда есть пострадавшая сторона. Манипуляция-вид психологического воздействия, искусное исполнение которого ведет к скрытому возбуждению у другого человека намерений, не совпадающих с его актуально существующими желаниями.

Основными характеристиками манипулирования являются следующие:

- поддразнивающие и подзадоривающие высказывания вроде: «Не знал, что ты так легко поддаешься чужому влиянию!», «Тебе этого никогда не добиться!»;

- обман, введение в заблуждение;

- замаскированные под малозначительные и случайные высказывания оговор и клевета, которые могут быть приняты за таковые якобы лишь по недоразумению (например, оговор женой мужа перед соседями, коллегами по работе, общими друзьями.);
- преувеличенная демонстрация своей слабости, неопытности, неосведомленности для того, чтобы побудить адресата помочь;
- «невинный» шантаж (намек на ошибки в прошлом, упоминание «старых грехов», личных тайн адресата).

### **Слайд 5.**

#### **Патогенное супружество.**

Патогенное супружество - это специфический семейный стиль жизни, приводящий к эскалации (усиления) и межпоколенной трансляции насилия.

Если в начале супружеских отношений присутствовал только один вид домашнего насилия, то с течением времени жертва подвергается самым разнообразным и изощренным формам домашнего притеснения. Насилие приобретает «хронический» характер, раз начавшись, само по себе насилие не прекратится никогда.

Существуют понятия, характеризующие взаимоотношения супружеской пары, основанной на психологическом насилии. Одно из них тиран, другое жертва

*- Как вы считаете, кто же такой тиран и кто им может стать?*

*(Ответы супругов)*

**Тиран-** человек, у которого смещены нравственные ориентиры: он получает удовольствие от того, что унижает человеческое достоинство и подавляет волю близких ему людей.

*- Как вы считаете, кто же тогда жертва и кто им может стать?*

*(Ответы супругов)*

**Жертва-** это человек, который в силу особенностей своего характера, своего психологического склада систематически, или регулярно попадает в ситуации или состояния, в которых испытывает различного рода страдания и

при этом искренне убежден, что виною этому – не подающиеся его контролю обстоятельства, в частности, действия других людей или же слепая воля рока.

*- Как вы считаете, какими чертами обладает тиран? (Ответы супругов).*

#### **Слайд 6.**

##### **Типичные признаки тирана:**

1. Отсутствие способности к сочувствию. Неспособность понимать и принимать других людей, такими как они есть.
2. Позиция обвинителя. При возникновении проблем всегда обвиняет в этом другого.
3. Контролирующее поведение. Желает точно быть в курсе того, где жертва бывает, чем занимается, с кем встречается.
4. Следование жестким ролевым позициям. Твердые убеждения о том, каким должен быть «настоящий» мужчина и «настоящая» женщина. В случае необходимости готовность с помощью силы поставить партнёра в рамки, соответствующие собственным понятиям о правильном.
5. Недоверие. Неспособность доверять людям.
6. Повышенное чувство собственности. Предопределяет ревность. Жертва рассматривается как вещь, как собственность, не имеющая права на внесемейные отношения. Ревность направляется не только на возможных соперников/соперниц, но и на друзей или родственников.
7. Низкий уровень самоконтроля. Неспособность руководить своими эмоциями, легкая возбудимость, бурная реакция на мелочи.
8. Удовольствие от унижения других. В присутствии посторонних 'шутит' над партнером или делает замечания, ставящие жертву в неприятное или постыдное положение.
9. Надменное и высокомерное отношение. Относится к себе как к чему-то совершенно особенному, кому все дозволенно и чьи желания и капризы жертва должна беспрекословно выполнять.

10. Слабая рефлексия. Проявляется в неспособности анализировать поступки других людей и свои собственные.

11. Авторитарность – социально-психологическая характеристика личности, отражающая ее стремление максимально подчинить своему влиянию партнеров по взаимодействию и общению. Авторитарность связана с такими личностными чертами, как агрессивность, завышенная самооценка и уровень притязаний, склонность к следованию стереотипам и т.п.

- Как вы считаете, какими чертами обладает жертва? (Ответы супругов).

#### **Слайд 7.**

##### **Признаки жертв супружеского насилия:**

- низкая самооценка;
- приверженность традиционным представлениям о семье, роли женщины в семье и обществе, «женском предназначении»;
- присвоение себе ответственности за действия обидчика;
- чувство вины и отрицание чувства гнева, которое они испытывают по отношению к обидчику;
- выраженные реакции на стресс и психофизиологические жалобы;
- вера в то, что сексуальные отношения могут стабилизировать отношения в целом;
- чувство беспомощности и неверие в то, что кто-то может им помочь;
- психологическая зависимость от партнера.

- Теперь мы с вами подробнее разберем стадии, которые проходят супруги в случае применения ими психологического насилия в семье.

#### **Слайд 8.**

##### **Стадии насилия.**

Отношение в семье, где имеет место семейное насилие, развивается по кругу, повторяясь от раза к разу, проходя один и те же стадии. Причем с течением времени этот круг имеет тенденцию сжиматься, т.е. насилие повторяется и совершается все чаще. Насилие становится предсказуемой

моделью поведения. И если сначала акты насилия происходили раз в полгода, то впоследствии они могут совершаться каждый день. Попад в этот очень прочный круг, женщина сама зачастую не способна разорвать его. Цикл насилия можно разбить на три стадии

«Фаза нарастания напряжения» (от нескольких недель до нескольких лет) характеризуется эскалацией напряжения, словесными оскорблениями. У жертвы возрастает чувство беспомощности и страха.

Фаза «серьезный инцидент насилия» (от двух до двадцати четырех часов). Непосредственное насилие. Жертва все свои силы направляет на защиту себя.

Фаза «последствия» - агрессор проявляет раскаяние, любовь и намерение измениться. С течением времени третья фаза практически не наступает и жертва оказывается пойманной в ловушку между нарастанием и насилием.

#### **Слайд 9.**

#### **Факторы риска возникновения психологического насилия.**

Весь массив причин роста психологического напряжения отдельной личности можно разделить на две группы: связанные с противоречиями, обусловленными внешним общением, и связанные с противоречиями внутрисемейного общения. Остановимся подробнее на последних.

Внутрисемейные противоречия – это:

- борьба супругов за главенство;
- денежные отношения супругов;
- злоупотребление алкогольными напитками и наркотиками как мужем, так и женой;
- ориентация партнеров в распределении хозяйственных обязанностей;
- жилищные условия семьи;
- деструктивные коммуникационные стратегии, существующие внутри семейного социума;
- интенсивность и глубина эмоциональных межличностных отношений внутри семьи;
- супружеские измены и др.

Часто наблюдается, что в конфликтных семьях данные противоречия избегаются, сглаживаются, но, к сожалению, не решаются. Однако фактическое наличие противоположных позиций заключает в себе потенциальную опасность, которая, усиливаясь, может реализоваться при удобном случае. Кроме того, вскрытию противоречий также способствуют контакты с окружающими людьми, прежде всего с теми, которые относятся к референтной группе по отношению к любому из супругов (сравнение собственной семейной ситуации с семейной ситуацией друзей, коллег по работе или соседей, например). Так, одним из показателей преуспевания в браке является то, до какой степени одной половине супружеской пары удастся подчинить вторую. «Ведущий» супруг обычно старается зафиксировать достигнутое положение в глазах других людей, а «ведомый» – опровергнуть данное впечатление.

К ситуативным факторам риска при совершении психологического насилия следует относить: опыт психологического насилия в детстве-юности (в качестве жертвы, наблюдателя или активного участника); установки окружающей среды относительно насилия и агрессии (мера их одобрения ближайшим окружением, общественным мнением); агрессивные проявления во внесемейном поведении; индивидуально-психические и нервные отклонения.

Важнейшим ситуативным фактором является и наличие третьих лиц, заинтересованных в усилении или ослаблении конфликта между сторонами. Так, конфликт между молодыми супругами может обостряться за счет влияния близких родственников, которые постоянно твердят о плохом выборе и неудачном браке.

Социокультурные причины возникновения психологического насилия:

- отсутствие в обществе специальных механизмов, способных удерживать индивидуумов от насилия над интимным партнером;
- социальные проблемы в обществе (например, бедность, высокий уровень убийств, социальное расслоение т.д.), являющиеся следствием структурных особенностей самого общества;

- использование принуждения и насилия в обществе для достижения неких общественных целей, которые способны распространяться и на семью, где насилие обычно не поощрялось;

- существование в современной культуре патриархальных верований и убеждений, согласно которым мужчины могут владеть большей властью и привилегиями в социальной иерархии, чем женщины.

### **Слайд 10.**

Последствия психологического насилия.

*-Как вы считаете, чем психологическое насилие опасно для семьи?*

*(Ответы супругов).*

Последствия психологического насилия:

1. Психологическое насилие оказывает влияние на всех без исключения членов семьи, независимо от того, касается оно их прямо или косвенно, так как все вынуждены к нему приспосабливаться. Последствиями этого становятся страх, подозрительность, эмоциональная и физическая отчуждённость, всеобщая семейная угнетённая атмосфера.

2. Нарушения, возникающие после непосредственного психологического насилия, затрагивают все уровни функционирования, что приводит к стойким личностным изменениям, формированию специфических супружеских отношений, особых жизненных сценариев. К ним относятся:

- синдром «аффективной тупости», для которого характерны холодность, отсутствие чувства общности с другими людьми, ощущение себя неспособным строить отношения эмоциональной привязанности, и, как следствие, отвержения себя и других;

- синдром «аффективной зависимости», которому свойственны ненасытная жажда любви, постоянный страх потерять объект привязанности, зависимость и тревожная неуверенность в себе и в других.

- «комплекс жертвы», выражающемся в сочетании психических реакций — апатии, отказа от ответственности за себя и других,

беспомощности, безнадежности, снижения психологической самооценки и т.п.,

- «комплексе отверженности», характеризующемся разобщенностью с окружающими людьми

- «стокгольмский синдром», которому присуще искренняя преданность к силовому авторитету со стороны жертвы. Эта любовь парадоксальна, поскольку она направлена на того, кто причиняет боль. У жертвы резко снижаются когнитивные и экспрессивные способности, падает воля к сопротивлению, начинается регрессия: сознательные психические процессы замещаются подсознательными защитными механизмами.

3. Насильственные отношения между супругами могут стать моделью или образцом, на основе которых дети усваивают – насилие является приемлемым или эффективным средством разрешения конфликтов с другими людьми. Феномен - **«эстафеты насилия»**. Суть его сводится к тому, что дети, видевшие проявления психологического насилия в отношениях между собственными родителями, склонны воспроизводить подобные действия в общении с другими людьми. Примечательно, что этот феномен имеет длительное действие: люди, бывшие в детстве свидетелями насилия между родителями, во взрослом возрасте сами становятся склонными к использованию силы в отношениях с супругами.

Согласно исследованиям, проведенным И. В. Поповой, 20 % женщин часто терпят вербальную агрессию со стороны мужей. Каждая третья женщина, имеющая взрослого сына, отметила, что сын также плохо обращается со своей женой, как его отец обращался с ней. Таким образом, в тех семьях, где муж оскорблял, притеснял, унижал жену и детей, семейная жизнь именно сыновей складывается неблагополучно. Понятно, что передача склонности к насилию от одного поколения к другому обладает более сложным механизмом, чем простое подражание, тем не менее, исследование позволяет говорить о том, что этот механизм работает.



Основные причины сохранения насильственных отношений выступают: причины социально-экономического порядка, надежда на изменение поведения партнера, страх одиночества, культурные и семейные ценности, личностные качества и деформация личности жертвы, неинформированность населения о существовании системы помощи.

### **Заключение.**

Таким образом, психологическое насилие не имеет никаких экономических, образовательных, расовых или религиозных границ. Оно может происходить в семьях всех слоев общества. Причем в качестве агрессора и жертвы могут выступать как мужчины, так и женщины. Росту неудовлетворенности взаимоотношениями внутри семьи, ощущению непонимания и изолированности способствуют деструктивные приемы, которые используют супруги для обсуждения той или иной проблемы. К ним относятся запугивание и угрозы, унижение партнера, оскорбления в его адрес, ссылки на свой авторитет или отрицание авторитета другого, уклонение от обсуждения проблемы, лесть. Для семей, в которых имеет место насилие, не характерны позитивные коммуникационные навыки и навыки принятия решений – конструктивные приемы и техники активного слушания, ведения диалога, учет мнения противоположной стороны, способность к различению позиционных требований и базовых интересов, видения перспективы принятия того или иного решения.

### **Притча о счастливой семье.**

По соседству жили 2 семьи. В одной из них супруги постоянно ссорились и выясняли отношения, а в другой всегда царили любовь, взаимопонимание и тишина. Строптивая хозяйка никак не могла понять, как соседи умудряются жить без скандалов. В душе она завидовала им. Однажды женщина попросила мужа сходить к соседям и выяснить, почему в их жизни все гладко. Мужчина отправился к соседнему окну и аккуратно заглянул в дом. В комнате он увидел хозяйку. Она вытирала пыль. В этот момент зазвонил телефон, и женщина второпях поставила дорогую вазу на край

стола. Через несколько минут в комнату вошел ее муж. Он не заметил вазы и зацепил ее. Дорогая вещь упала на пол и рассыпалась на осколки. И тут сосед подумал: «Ну вот, сейчас начнется скандал!» Но к его удивлению женщина подошла к супругу и спокойно сказала: «Извини, милый! Я виновата: я неаккуратно поставила вазу!» На что супруг ответил: «Это ты меня извини, дорогая! Я виноват, что не заметил ее!» Вернулся сосед домой расстроенный. Жена у него допытывается про секрет семейного благополучия. А муж ей отвечает: «Понимаешь, все дело в том, что у них в семье все виноваты, а у нас – правы...»

*- Уважайте, цените и любите друг друга!*

#### Анкета для супругов.

**I. Вы когда-либо слышали о семейном насилии?**

Да.

Нет.

**II. Если да, то где Вы слышали? (Можете указать несколько вариантов ответа.)**

1. По телевидению

2. В газетах, журналах

3. По радио

4. От друзей

5. От членов семьи

6. Из книг

7. На работе

8. Из Интернета

9. В кино

10. В школе

11. Укажите свой вариант \_\_\_\_\_

**III.** На Ваш взгляд, какие из перечисленных ниже действий по отношению к супругу являются насилием?

1. Избиение, побои, таскание за волосы
2. Толкание, шипки
3. Принуждение к принятию алкоголя
4. Принуждение к принятию наркотиков
5. Угрозы, запугивание
6. Запрет встречаться с родными, друзьями; препятствия в общении с ними
7. Отказ в деньгах для приобретения жизненно важных вещей (например, еды, необходимой одежды, обуви, предметов гигиены и санитарии) при отсутствии/недостатке собственных доходов
8. Запрет на работу/учебу
9. Непристойные шутки, замечания
10. Брань, ругательства
11. Ревность

**IV.** Определите, пожалуйста, являются ли следующие формы домашнего насилия серьезной, довольно серьезной, не очень серьезной или совсем несерьезной проблемой?

	Проблема серьезная	Проблема довольно серьезная	Проблема не очень серьезная	Проблема совсем несерьезная
Физическое насилие				
Сексуальное насилие				
Психологическое насилие				
Пренебрежение нуждами ребенка				
Экономическое насилие				

**V.** С какими негативными явлениями Вам приходится сталкиваться в семье? (отметьте любое количество вариантов)

1. Постоянные критические замечания
2. Ограничение личной свободы
3. Давление и навязывание мнений «второй половины»
4. Невнимание и безразличие ко мне
5. Грубое отношение и оскорбления
6. Агрессивное поведение
7. Другое \_\_\_\_\_

**VI. Кто, на Ваш взгляд, чаще всего становится жертвой насилия в семье?**

- а) дети
- б) пожилые люди
- в) мужчины
- г) женщины

**VII. Каковы, по Вашему мнению, причины насилия в семье?**

- а) пьянство
- б) материальные и жилищные проблемы
- в) личная неприязнь
- г) низкий культурный уровень
- д) биологическая предрасположенность
- е) опыт насилия, перенесенного в детстве
- ж) ваш вариант \_\_\_\_\_

**I. Что, на Ваш взгляд, может произойти с человеком, который пережил (переживает) по отношению к себе различные виды и формы насилия? (отметьте любое количество ответов)**

1. Ухудшится здоровье
2. Не будет желания создавать семью, заводить детей
3. Возникнет психическая травма, стресс
4. Станет хуже выполнять отцовские/материнские обязанности
5. Вынужден/а будет уйти из дома, развестись
6. Начнёт употреблять алкоголь/наркотики, станет алкоголиком (алкоголичкой)/наркоманом (наркоманкой)

7. Покончит/попытается покончить жизнь самоубийством

8. Что-то другое. \_\_\_\_\_

9. Ничего плохого с ним/ней не произойдет

IX. Считаете ли Вы целесообразным создание и функционирование в Вашем городе клуба молодой семьи, общественной организации молодых семей?

1. Да

2. Нет

3. Не знаю

Благодарим за участие в опросе!

Список литературы:

1. Брайцева Е. А. Домашнее насилие: мужчины также могут быть жертвами/Е. А. Брайцева/ Вестник Нижегородского университета им. Н. И. Лобачевского: Серия социальной науки. Выпуск 1(6). Н. Новгород: Изд-во ННГУ, 2007.-С.10-15.

2. Брайцева Е. А. Психологический климат в семье как индикатор супружеского насилия /Е. А. Брайцева /Вестник Нижегородского университета им. Н. И. Лобачевского: Серия социальной науки. Выпуск 3(8). Н. Новгород: Изд-во ННГУ, 2007.-С. 9-15.

3. Доценко Е. Л. Психология манипуляции: феномены, механизмы и защита. — М.: ЧеРо, Изд-во МГУ, 2009.- С. 344 с.

4. Малкина-Пых И. Г. Виктимология. Психология поведения жертвы. Справочник практического психолога/ И. Г. Малкина-Пых.- М.: Эксмо, 2010. — 864 с.

5. Родина И. В. Социальная проблематизация насилия в семье в современной России: диссертация ... докт. Соц. наук - Москва, 2007.- С. 355 .

6. Досина Н. В., Смирнов Я. О. Семейная власть как источник насилия: (проблема контроля и преодоления в социальной политике) / Н. В. Досина, Я. О. Смирнов // Власть. - 2011. - № 12.. - С. 116-118.

## Профилактическое мероприятие № 2

**Тема семинара:** Конфликт и способы его урегулирования.

**Цель:** формирование умений эффективного поведения в разрешении супружеских конфликтов.

**Задачи:**

4. Расширение знаний о специфике супружеских конфликтов и конструктивных способах их урегулирования.

5. Проанализировать конфликт с точки зрения положительного и отрицательного воздействия на межличностные отношения.

6. Проработка навыков конструктивного разрешения супружеских конфликтов.

**Оборудование:** презентация, листки бумаги, карандаши.

**Временные рамки:** 120 мин

**Ход семинара:**

1. Вступительное слово.

2. Упражнение «Синквейн».

3. Специфика супружеских конфликтов.

- Сущность конфликта.
- Упражнение «Плюсы и минусы конфликта».
- Причины супружеских конфликтов.
- Стадии конфликта.
- Сигналы конфликта.
- Упражнение «Я в конфликте».
- Стратегии поведения в конфликтной ситуации.

4. Упражнение «Супружеский конфликт»

5. Технологии разрешения конфликтной ситуации.
6. Видеоролик.
7. Заключение.

#### **Вступительное слово.**

#### **Слайд 1. Слайд 2.**

В любой гармоничной или неблагополучной семьи в жизни случаются стычки. Различные трения и недомолвки встречаются не только в молодых семьях, но и в семьях со значительным стажем. Конфликты в семейной жизни достаточно сильно мешают, кроме того, они способствуют тому, что у людей вырабатывается стойкое чувство неудовлетворенности браком.

*- Предлагаю вам назвать ассоциации, которые возникают при произношении слова «конфликт».*

#### **Слайд 3.**

#### **Упражнение «Синквейн».**

**Синквейн** – поэтическая форма, которая позволяет обобщить фактический или ассоциативный материал по какой-либо теме.

Синквейн состоит из пяти строк и выстраивается следующим образом:

- строка 1 – определяемое понятие;
- строка 2 – два прилагательных к нему;
- строка 3 – три глагола к нему;
- строка 4 – фраза из четырех-пяти слов;
- строка 5 – вывод (обобщенное понятие, синоним и т.п.)

#### **Сущность конфликта.**

*-Что вы понимаете под термином конфликт? (Ответы супругов).*

#### **Слайд 4.**

Конфликт (от лат. *conflictus* – столкновение, противоборство) определяется в психологии как отсутствие согласия между двумя или более сторонами — лицами или группами.

*-Предлагаю совместно разобраться в сущности супружеских конфликтов.*

#### **Слайд 5.**

Элементы любого конфликта:

Кто? – конфликтующие стороны

Из-за чего? – предмет разногласий

Почему? Ради чего? – мотивы сторон

Что делают? – реальное взаимодействие между оппонентами, противоборство

Что чувствуют? – враждебность, сопровождающаяся сильными эмоциональными переживаниями хотя бы одной из сторон

О чем думают? – представления о конфликтной ситуации, которые чаще всего не совпадают.

*Как вы считаете, нужно ли избегать конфликта? (Ответы супругов).*

#### **Слайд 6.**

#### **Упражнение «Плюсы и минусы конфликта». (15 мин)**

На конфликт можно посмотреть с разных точек зрения и найти свои плюсы и минусы.

Участники делятся на две группы. Первой команде нужно будет в режиме мозгового штурма записать как можно больше позитивных следствий конфликтных ситуаций, второй команде, соответственно, – описать негативные последствия конфликтов.

#### **Слайд 7.**

Н.В.Клюева предлагает характеристику конфликта:

Конструктивные стороны конфликта:

- Конфликт вскрывает «слабое звено» во взаимоотношениях (диагностическая функция конфликта).
- Конфликт дает возможность увидеть скрытые отношения.
- Конфликт дает возможность выплеснуть отрицательные эмоции, снять напряжение.
- Конфликт – это толчок к пересмотру, развитию своих взглядов на привычное.
- Необходимость разрешения конфликта обуславливает развитие организации.



- Конфликт способствует сплочению коллектива при противоборстве с внешним врагом.

#### **Слайд 8.**

Деструктивные стороны конфликта:

- Отрицательные эмоциональные переживания, которые могут привести к различным заболеваниям.
- Нарушение личных отношений между людьми, снижение дисциплины. В целом ухудшается социально-психологический климат.
- Представление о победителях или побежденных как о врагах.
- Временные потери. На одну минуту конфликта приходится 12 минут послеконфликтных переживаний.

#### **Причины супружеских конфликтов.**

*-Как вы считаете, что является причинами конфликтных взаимоотношений в супружеской паре? (Ответы супругов).*

#### **Слайд 9.**

В. А. Сысенко выделяет следующие причины конфликтов на почве неудовлетворенных потребностей.

1. Конфликты, размолвки, возникающие на основе неудовлетворенной потребности в ценности и значимости своего «Я», нарушения чувства достоинства со стороны другого партнера, его пренебрежительного, неуважительного отношения. Обиды, оскорбления необоснованная критика.

2. Конфликты, размолвки, психические напряжения на базе неудовлетворенных сексуальных потребностей одного или обоих супругов. Они могут иметь различную основу: пониженная сексуальность одного из супругов, несовпадение циклов и ритмов возникновения сексуального желания; безграмотность супругов в вопросах психогигиены брачной жизни; мужская импотенция или женская фригидность; различные болезни супругов; сильное хроническое физическое и нервное переутомление одного из супругов и т. д.

3. Психические напряжения, депрессии, конфликты, ссоры, имеющие своим источником неудовлетворенность, потребности одного или обоих супругов в положительных эмоциях; отсутствие ласки, заботы, внимания и понимания. Психологическое отчуждение супругов.

4. Конфликты, ссоры, размолвки на почве пристрастия одного из супругов к спиртным напиткам, азартным играм и другим гипертрофированным потребностям, приводящим к неэкономным и неэффективным, а порой и бесполезным затратам денежных средств семьи.

#### **Слайд 10.**

5. Финансовые разногласия, возникающие на основе преувеличенных потребностей одного из супругов. Вопросы взаимного бюджета, содержания семьи, вклада каждого из партнеров в материальное обеспечение семьи.

6. Конфликты, ссоры, размолвки на почве удовлетворения потребностей супругов в питании, одежде, на почве благоустройства домашнего очага, а также затрат на личные нужды каждого из супругов.

7. Конфликты на почве потребности во взаимопомощи, взаимоподдержке, в кооперации и сотрудничестве, а также связанные с разделением труда в семье, ведением домашнего хозяйства, уходом за детьми.

8. Конфликты, размолвки, ссоры на почве разных потребностей и интересов в проведении отдыха и досуга, различных хобби.

А. Сысенко выделяет конфликтный супружеский союз и характеризует его, как союз, в котором между супругами имеются сферы, где их интересы, потребности, намерения и желания постоянно приходят в столкновение, порождая особо сильные и продолжительные отрицательные эмоции.

По степени опасности для семейных уз конфликты могут быть:

- неопасными – возникают при наличии объективных трудностей, усталости, раздражительности, состояния «нервного срыва»; внезапно

начавшись, конфликт может быстро завершиться. Про такие конфликты часто говорят: «К утру все пройдет»;

- опасными – разногласия возникают из-за того, что один из супругов должен, по мнению другого, изменить линию поведения, к примеру по отношению к родственникам, отказаться от каких-то привычек, пересмотреть жизненные ориентиры, приемы воспитания и т.п., то есть ставится проблема, которая требует разрешения дилеммы: уступать или нет;

- особо опасными – приводят к разводам.

### **Слайд 11.**

#### **Стадии конфликта.**

Первая стадия зарождения конфликта — скрытый, или латентный, период. Стадия зарождения конфликта включает конфликтную ситуацию, возникновение разногласий, появление сигналов конфликта, в том числе инцидентов. Происходит осознание интересов и препятствий каждой из сторон конфликта, появляется враждебность между ними. Конфликт развивается постепенно, и не всегда конфликтная ситуация перерастает в открытое, публичное противостояние. Конфликт можно погасить тогда, когда он находится в начальной фазе противостояния и конфликтная ситуация еще не перешла в открытые целенаправленные действия друг против друга.

Стадия развития (эскалации) противостояния — это уже начало публичного конфликтного противостояния, действия сторон друг против друга, агрессивность. Происходит эскалация конфликтного взаимодействия. Используются все имеющиеся ресурсы в борьбе сторон. Развивается информационное и энергетическое противостояние, нередко перерастающее в насилие. Конфликт достигает своего пика, ресурсы истощаются. Возникает потребность в переговорах, посредничестве для заключения мира.

Стадия завершения, трансформации предполагает завершение, разрешение конфликта. Привлекаются посредники, или медиаторы. Постконфликтная ситуация заключается в нормализации отношений или перерастании конфликта в другое противостояние.

## **Слайд 12.**

А. Минделл, известный американский психолог (физик), называет шесть признаков (сигналов) возникновения конфликта.

1. Словесное несогласие.
2. Отсутствие открытого общения.
3. Сохраняющееся разделение во времени и пространстве.
4. Сплетни о противнике.
5. Негативные образы или фантазии о противнике.
6. Подозрительность и недоверчивость по отношению к другому.

*- Каким способом вы обычно стараетесь разрешить конфликт?*

*(Ответы родителей).*

## **Слайд 13.**

### **Упражнение «Я в конфликте»**

Участникам раздаются листы бумаги, все необходимые для рисования материалы, и они занимают любое уединенное место. В течение 10 минут им нужно буде нарисовать картину, главная идея которой выражается в ее названии – «Я в конфликте». Это может быть автопортрет или абстрактное произведение. Главное – чтобы работа передавала эмоции, которые автор чаще всего испытывает в конфликтных ситуациях, говорила о его способах реагирования на конфликты и способностях поведения в них. В процессе рисования важно не оценивать себя со стороны, а передать реальное положение вещей. Когда все рисунки готовы, ведущий собирает их и перемешивает, чтобы нельзя было догадаться, где чей рисунок. Супругам необходимо определить, какой из рисунков принадлежит их партнеру. Объяснить почему.

Когда все авторы определены, участники обмениваются впечатлениями.

*Выбираются несколько авторов, и проходит обсуждение.*

*- Расскажите, что изображено на рисунке?*

*- Как бы вы могли охарактеризовать себя в конфликтной ситуации?*

*- Какие у вас ощущения после выполненного задания?*

-Какие впечатления от того каким вас увидел партнер?

-Что вас удивило?

#### **Слайд 14.**

#### ***Выделяют пять основных стратегий выхода из конфликта***

*( по К.Томасу):*

1. ***Соперничество*** заключается в навязывании другой стороне выгодного для себя решения.
2. ***Сотрудничество*** имеет целью удовлетворить интересы всех участников конфликтной ситуации, но может требовать много времени для решения проблемы.
3. ***Компромисс*** состоит в желании оппонентов завершить конфликт частичными уступками.
4. ***Приспособление или уступка***, рассматривается как вынужденный или добровольный отказ от борьбы и сдача своих позиций.
5. ***Уход*** от решения проблемы или избегание, является попыткой выйти из конфликта при минимальных потерях.

#### **Слайд 15.**

#### **Упражнение «Супружеский конфликт»**

Каждой паре предоставляется возможность поделиться конфликтной ситуацией, свидетелем или участником которого они были когда-то. Выбирается несколько ситуаций, которые будут проиграны. Выбранный рассказ должен послужить сценарием.

Ведущим оговаривается, что каждый конфликт должен закончиться благополучно. Выбираются две противоборствующие стороны (супруг и супруга), а так же режиссер, который оценивает успешность разрешения конфликта.

Вопросы, задаваемые режиссеру:

- Как вы считаете, разрешили ли наши герои конфликт?
- Как вы считаете, обе стороны остались удовлетворены решением?
- Что по вашему мнению способствовало разрешению конфликта?

Рефлексия:

-Трудно ли вам было прийти к общему решению?

-Что вам мешало принять противоположную точку зрения?

-Что можно было бы изменить при решении конфликта, чтобы он был исчерпан?

### **Технология разрешения конфликтной ситуации.**

*-Как вы считаете, что способствует разрешению конфликтной ситуации? (Ответы супругов).*

Считается, что конструктивное разрешение конфликтов по мнению Джонсона, Е. Мелибруды зависит, минимум, от четырех факторов:

- 1) адекватность восприятия конфликта;
- 2) открытость и эффективность общения;
- 3) создание атмосферы взаимного доверия и сотрудничества;
- 4) определение существа конфликта.

### **Слайд 16.**

Технология разрешения конфликтной ситуации:

Первый шаг: прояснение конфликтной ситуации.

Сначала выслушиваются обе стороны. Уточняет, в чем состоит проблема, а именно: чего он хочет или не хочет, что ему нужно или важно, что его затрудняет и т.д. Осуществляется это через активное слушание, то есть обязательно озвучивает желание, потребность или затруднение партнера.

Второй шаг: сбор предложений. Этот этап начинается с вопроса: «Как нам быть?», «Что нам придумать?» или «Как нам поступить?» После этого надо обязательно подождать, дать возможность партнеру первому предложить решение (или решения) и только затем предлагать свои варианты. При этом ни одно, даже самое неподходящее с вашей точки зрения предложение, сразу не отвергается. Сначала предложения просто набираются «в корзинку». Если предложений много, их можно записать на листе бумаги.

Третий шаг: оценка предложений и выбор наиболее приемлемого. На этом этапе проходит совместное обсуждение предложений. «Стороны» к

этому времени уже знают интересы друг друга, и предыдущие шаги помогают создать атмосферу взаимного уважения. Если в выборе лучшего решения участвует несколько человек, то лучшим считается то, которое принимается единодушно.

Четвертый шаг: детализация принятого решения. Когда решение уже принято, то нужно уточнить детали и понять, что понадобится для его реализации.

Пятый шаг: выполнение решения, проверка. Далее происходит этап наблюдения за выполнением принятого решения. И тут надо понимать, что если действие для вашего партнера новое, то, возможно, он будет его выполнять неверно или совсем не выполнять. Может быть, что-то не учли, или нужна какая-то помощь; или он предпочел бы другое, «более ответственное» поручение.

Этот алгоритм разрешения конфликтов требует времени, но оно будет потрачено с пользой.

Во-первых, при таком общении супруги научаются разрешать сложные ситуации без конфликтов.

Во-вторых, неразрешенный конфликт имеет свойство возобновляться и тогда часы, потраченные на ссоры и обиды, намного превысят время, которое можно было потратить на его разрешение.

В-третьих, применения этого алгоритма снижает количество самих конфликтных ситуаций. Если в семье ничего подобного не применяли, то начинать надо с общего разговора о том, как вообще можно разрешать конфликты.

Самое главное - необходимо проявлять желание услышать и понять ребенка и осознавать, что происходит с вами, когда ребенок не хочет выполнять ваши просьбы.

### **Слайд 17.**

Методика «конструктивных ссор». Ее авторы - психологи Ян Готлиб и Кэтрин Колби предлагают ссориться конструктивно.

- ссориться наедине, без детей;
- ясно формулировать семейную проблему и уметь повторить аргументы партнера по-своему;
- раскрывать свои позитивные и негативные чувства;
- с готовностью и вниманием выслушивать отзывы о своем поведении;
- выяснять сходства и различия друг друга и то, что наиболее значимо для каждого партнера в семье;
- задавать вопросы, помогающие партнеру подбирать необходимые слова для выражения собственных интересов;
- ждать, пока спонтанные эмоции утихнут сами собой;
- выдвигать положительные предложения по взаимному Изменению.

### **Слайд 18.**

#### **Отрывок из фильма.**

Инструкция сейчас мы с вами проанализируем отрывок из фильма. Ваша задача внимательно просмотреть его и ответить на следующие вопросы:

- Можно ли было избежать конфликта?
  - Что стало причиной конфликта?
  - Какой стратегией поведения пользовались партнеры в конфликтной ситуации?
- Как стоило бы разрешить данный конфликт?

### **Слайд 19. Слайд 20.**

#### **Заключение**

Как бы нам ни хотелось, едва ли возможно представить и тем более осуществить совершенно бесконфликтное взаимодействие между людьми. Иногда даже важнее не избежать конфликта, а грамотно выбрать стратегию поведения в конфликтной ситуации и привести стороны к конструктивному соглашению.

Список литературы:



1. И. Авидон, О. Гончарова «Тренинг взаимодействия в конфликте. – СПб.: Речь, 2014,- 192с.
2. Андреева Т. В. Семейная психология: Учеб. Пособие. – СПб.: Речь, 2012,- 244с.
3. Козлов В.В., Козлова А.А. Управление конфликтом / В.В. Козлов, А.А. Козлова. — М.: Издательство «Экзамен», 2004. — 224 с.
4. Лукин, Ю.Ф. Конфликтология: управление конфликтами: учебник для вузов/Ю.Ф. Лукин. — М.: Академический Проект; Гаудеамус, 2014.— 799 с.
5. Моница, Е.К. Лютова -Робертс «Коммуникативный тренинг», С-П «Речь» 2012,- 234с.
6. Шнейдер Л. Б. Психология семейных отношений, Курс лекции. — М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО- Пресс, 2012, - 512 с.

### Профилактическое мероприятие № 3

**Тема родительского собрания:** Искусство семейного общения.

**Цель:** повысить уровень коммуникативной компетентности супругов.

**Задачи:**

5. Расширение знаний супругов об эффективном межличностном общении.

6. Ознакомление супругов с общими условиями организации успешной коммуникации.
7. Формирование взаимопонимания партнеров по общению на невербальном уровне.
8. Обучение навыкам конструктивного вербального взаимодействия с супругом.

**Оборудование:** презентация.

**Временные рамки:** 120 мин

**Ход родительского собрания:**

1. Вступительное слово.
2. Понятие коммуникации.
3. Структура коммуникативного акта.
4. Упражнение «Подарок».
5. Особенности коммуникативного акта.
6. Упражнение «Побег из тюрьмы».
7. Виды нарушений межличностной коммуникации.
8. Условия эффективного межличностного общения.
9. Упражнение «Техники слушания».
10. Упражнение «Я - сообщение».
11. Заключение.

**Вступительное слово**

**Слайд 1.**

*-Здравствуйте уважаемые гости! Рада приветствовать вас на нашем семинаре! Сегодня мы с вами затронем один из аспектов семейного взаимодействия, а именно процесс межличностного общения осуществляющегося в семье. Тема нашего семинара «Искусство семейного общения».*

*-Хотелось бы узнать, что вы понимаете под коммуникацией?  
(Ответы супругов).*

**Слайд 2.**

Коммуникация - процесс информационного взаимодействия между собой двух или более людей.

Межличностное общение в семье является ключевым моментом ее жизнедеятельности, определяет эффективность ее функционирования и ресурсы роста и развития.

Межличностная коммуникация в семье отвечает задачам обмена информацией, согласования усилий и выполнения ролей в совместной деятельности, установления и развития межличностных отношений, познания партнера и самопознания. Отличительными особенностями межличностной коммуникации в семье являются высокая эмоциональная насыщенность и интенсивность общения.

### **Слайд 3.**

#### **Структура коммуникативного акта.**

- возникновение потребности и мотивов общения;
- определение задач коммуникации (задачи воздействия на поведение и деятельность партнера, подтверждения или изменения характера межличностных отношений, предоставления обратной связи партнеру о его личностных характеристиках и своем отношении к нему, получения обратной связи от партнера о себе и его отношении к себе);
- передача информации, включая выбор определенного содержания (что хочу сказать) и выбор способа кодирования (как хочу сказать) с учетом задач коммуникации;
- получение информации партнером, включая процессы декодирования содержания, реконструкции намерений и мотивов партнера по коммуникации;
- анализ полученной информации и принятие решения о содержании ответного акта коммуникации;
- передача информации, включая выбор определенного содержания (что хочу сказать) и выбор способа кодирования (как хочу сказать) с учетом задач коммуникации и т.д.

#### **Упражнение «Подарок»**

Все участники садятся по кругу.

Инструкция «Пусть каждый из вас по очереди делает подарок своему соседу слева (по часовой стрелке). Подарок надо сделать («вручить») молча (не вербально), но так, чтобы ваш сосед понял, что вы ему дарите. Тот, кто получает подарок, должен постараться понять, что ему дарят. Пока все не получают подарки, говорить ничего не надо. Все делаем молча».

Когда все получают подарки (круг замкнется), ведущий обращается к тому участнику группы, который получил подарок последним, и спрашивает его о том, какой подарок он получил и так по цепочке в обратную сторону.

Рефлексия.

- Что вызвало трудности при выполнении упражнения?
- Что позволило вам отгадать подарок?
- Что помешало наиболее точно определить подарок?

**Слайд 4.**

**Особенности коммуникативного акта:**

1) Все поведенческие проявления людей могут рассматриваться как коммуникация. Люди в семье постоянно взаимодействуют друг с другом, постоянно передают друг другу информацию, осуществляют коммуникацию. Не вступать в коммуникацию невозможно, потому что любое поведение, действие, слово, их отсутствие - несет информацию другим, которую они не могут не воспринимать и не могут не реагировать. Коммуникацией выступает, например, отказ от общения, поскольку оно предполагает ряд поведенческих проявлений (таких как молчать, отвернуться, заговорить с кем-то другим, изобразить непонимание, показать, что страдаешь от головной боли или даже в действительности страдать от нее), которые выступают ничем иным, как сообщением об этом отказе другой стороне.

2) Все коммуникационные взаимодействия или симметричны, или комплиментарны в зависимости от того, основаны они на сходстве или на различии.

Симметричная коммуникация означает, что коммуникационная цепочка строится по принципу "на подобное ответу подобным". Например, гнев будет провоцировать еще более гневные проявления второй стороны.

Комплиментраная коммуникация реализуется по принципу взаимодополнительности. В данном случае гнев может вызывать у другой стороны стремление устраниваться или общаться подчеркнута мягко и т.п.

3) Коммуникационный процесс порождает различные реальности для участвующих в нем сторон. Различие этих реальностей порождается различной пунктуацией событий в процессе коммуникации. В зависимости от того, что воспринимается как причина и как следствие в коммуникации, рождаются психологически различные для них миры. Так, именно особенности пунктуации, или упорядочивания событий активной и напористой женой и безвольным пассивным мужем позволяет первой утверждать, что ее активность - есть вынужденное следствие его пассивности, а ему о своей пассивности обратное - т.е. представлять эту пассивность как результат непомерной напористости жены. Хорошим примером относительности этой пунктуации является известный анекдот о крысе, которая считала, что хорошо выдрессировала своего исследователя, поскольку каждый раз, когда она нажимала на рычаг, он приносил ей еду.

4) Каждое сообщение состоит из коммуникации и метакоммуникации. Собственно сообщением выступает информационный «сухой остаток» сообщения или содержание. Метакоммуникация выражается в интонациях, выбранном порядке слов, невербальных проявлениях, кинестетике, мимике. Например, супружеская пара пытается решить вопрос о выборе школы для их подрастающего первенца. В горячем обсуждении звучат аргументы «за» и «против». Данный спор, если он является «бесконечным» или неразрешимым, определяется не поиском истины о школе, а вероятнее всего, содержит метакоммуникационный аспект — например, недовольство друг другом в распределении функций. Так, для мужа этот спор является неосознаваемым способом выразить свое разочарование женой,

нарушающей традиционный уклад семейной жизни, а для жены, напротив, – поводом обличить «патриархальные идеи» своего мужа и отстоять собственные права.

### **Упражнение «Побег из тюрьмы»**

Участники группы становятся в две шеренги лицом друг к другу. Ведущий предлагает задание: "Первая шеренга будет играть преступников, вторая – их сообщников, которые пришли в тюрьму, для того чтобы устроить побег. Между вами звуконепроницаемая стеклянная перегородка. За короткое время свидания сообщники с помощью жестов и мимики должны "рассказать" преступникам, как они будут спасать их из тюрьмы (каждый "сообщник" спасает одного "преступника)". После окончания игры "преступники" рассказывают о том, правильно ли они поняли план побега.

Рефлексия.

-Расскажите о своих ощущениях?

-Что вызвало трудности при выполнении задания?

-Что позволило вам правильно определить план побега ?

- *Как вы считаете, что может нарушить межличностную коммуникацию (Ответы супругов).*

### **Слайд 5.**

#### **Виды нарушений межличностной коммуникации в семье:**

##### **1) Возникновение коммуникационных барьеров.**

Барьеры общения – способы ведения разговора, разжигающие конфликт, усиливающие негативные переживания, вызывающие злость, протест, раздражение, принято называть «барьерами общения».

*Негативные оценки и ярлыки:* «Ты все врешь!», «Ты не можешь понять элементарного», «Не твоего ума дело» и пр.

*Советы, готовые решения:* «А ты возьми и скажи...», «Я бы на твоём месте дал сдачи...», «Не советую тебе меня злить» и др.

*Приказы, команды:* «Прекрати меня злить!», «Замолчи!», «Сейчас же перестань!» и др.

*Обобщения:* «Меня никто не любит», «Ты никогда не моешь посуду», «Ничего хорошего от тебя не дождешься» и т.п.

*Ирония, язвительность:* «Ну, ты у меня и герой!», «Ты просто красавица писаная».

*Выспрашивание, расследование:* «Нет, ты все-таки скажи...», «Что же все-таки случилось? Я все равно узнаю», «Ну почему ты молчишь?».

## 2) Манипулирование партнером в процессе коммуникации.

Например, муж использует любые средства для того, чтобы заставить жену все время проводить дома рядом с ним (упреки, использование мнения родственников в целях давления и пр.). Отношения катастрофически ухудшаются, наблюдается потеря взаимного доверия, эскалация конфликта. Исходная потребность так и не удовлетворена, более того, шансов на эмоциональную поддержку и взаимопонимание уже почти не осталось.

## 3) Нарушение и искажение передачи чувств (В. Сатир).

Если трудности общения приобретают хронический характер, возникает так называемая коммуникационная проблема, связанная с существованием актуальной потребности одного из членов семьи в помощи или содействии партнера и неадекватностью способа передачи информации. В супружеских отношениях достаточно часто дефицитной информацией, то есть информацией, передача которой оказывается затруднена, является просьба о подтверждении любви, обращение за эмоциональной поддержкой и сопереживанием.

Например, муж испытывает потребность в выражении любви, поддержки со стороны жены, однако обращение с подобной просьбой не согласуется с его представлениями о себе как сильной личности.

В таком случае муж, вместо того чтобы сказать: «Побудь со мной, мне не хватает твоего внимания, и вообще, я сегодня чувствую себя уставшим», говорит: «Что-то я плохо себя чувствую...» Жена, бросая все, мчится в аптеку

и, возвращаясь, обнаруживает «тяжелобольного», почти умирающего полчаса назад мужа развалившимся в кресле перед телевизором. Скандал.

#### 4) «Отклоненная» коммуникация.

Отклоненная коммуникация представляет собой односторонний процесс, в котором один из партнеров, по сути, занимает позицию изоляции и молчаливого отказа от коммуникации. Внешне такая коммуникация выступает как монолог вместо диалога, в общении партнеров отсутствует зрительный контакт.

Блестящей иллюстрацией отклоненной коммуникации может стать картина совместного ужина, изображенного на картине В. Ван Гога «Едоки картофеля». Вечер, крестьяне собрались за столом за скудным ужином. Казалось бы, совместная трапеза объединяет, едоки вроде глядят друг на друга, однако продолжение линии взора легко обнаруживает, что на самом деле ни один из них не смотрит на сотрапезника, взгляд каждого из них устремлен в никуда – коммуникация разорвана!

#### 5) Парадоксальная коммуникация.

Парадоксальная коммуникация представляет собой передачу по коммуникационному каналу одновременно двух взаимоисключающих сообщений, каждое из которых должно быть воспринято партнером как истинное. Противоречивое сообщение подкрепляется еще и запретом его замечать или комментировать. Например, супруг, вернувшись домой, застаёт заплаканную жену и тревожно спрашивает: «Что случилось?» Следует ответ со слезами на глазах: «Все в порядке, у меня все хорошо!»

#### 6) «Замаскированная» коммуникация – мистификация (Р. Лэнг).

Замаскированная коммуникация, или мистификация, часто используется супругами в условиях актуального или хронического семейного конфликта и представляет собой маскирование и затушевывание противоречий и конфликтов в отношениях с целью сохранить статус-кво, не объективировать конфликтную ситуацию. Мистификация состоит в том, что



один член семьи отвергает адекватную интерпретацию семейной ситуации, своих чувств и переживаний, предлагаемую партнером.

#### 7) Борьба за коммуникационный канал.

Борьба за коммуникационный канал выступает, как попытка одного из членов семьи установить безусловное доминирование и главенство над партнером в форме стремления сохранить за собой «последнее слово», утвердить первенство и создать ощущение, что именно ему принадлежит право на решение всех семейных проблем независимо от их ранга. В основе подобного нарушения межличностной коммуникации лежит неразрешенная проблема главенства в семье.

*- Как вы считаете, что может улучшить процесс общения в семье?*

*(Ответы супругов).*

#### **Слайд 6.**

#### **Условия эффективного межличностного общения в семье:**

- открытость коммуникации;
- высокая активность коммуникации, обеспечивающая интенсивное обсуждение значимых для членов семьи проблем (вечернее совместное чаепитие, разговор с детьми перед сном и т.д)
- согласованность представлений о семейном укладе, общность семейных ценностей, адекватность семейного самосознания, согласованная целостность системы «Мы»;
- точность невербальной коммуникации, непротиворечивость вербальных и невербальных сообщений;
- использование техники активного слушания;
- использование («Я-сообщений») с обратной связью;
- проявление любви, взаимной эмпатии и поддержки, уважения партнера, что особенно важно в кризисных периодах жизненного цикла семьи и при возникновении стрессовых, фрустрирующих и проблемных ситуаций;
- формирование семейного языка — определенных, согласованных и легко узнаваемых семейных символов, традиций, норм. Семейный словарь включает особые имена, прозвища, символы значимых событий (годовщины

знакомства, первого свидания, объяснения и пр.), шутки, остроты, дразнилки, «приколы», семейные рассказы.

Семейные реликвии – предметы, связанные с определенными «знаковыми» событиями семьи, –также выполняют важную функцию стабилизации семейного общения, взаимодействия и формирования семейного самосознания, задающего нормативность жизни семьи.

### **Упражнение «Техники слушания»**

Участники разбиваются на пары (супруг и супруга) и решают, кто говорящий, а кто слушающий. Затем ведущий сообщает, что задачей слушающих будет внимательное выслушивание в течение 2-3 мин "очень скучного рассказа". Затем ведущий отзывает в сторону будущих "рассказчиков", якобы для того, чтобы проинструктировать их, как сделать рассказ "очень скучным". На самом деле дает разъяснения (так, чтобы "слушающие" не слышали этого), что суть не в степени скучности рассказа, а в том, чтобы рассказывающий фиксировал типичные реакции слушающих. Для этого рассказчику рекомендуется после минутного отрезка речи сделать в удобный момент паузу и продолжить рассказ после получения какой-либо реакции слушающих (кивок, жест, слова и т.д.). Если в течение 7-10 сек. выраженная реакция отсутствует, следует продолжить рассказ в течение еще одной минуты и опять прерваться и запомнить следующую реакцию слушающего. На этом упражнение прекращается.

Всем членам группы раскрывается действительное содержание инструкции и цель упражнения. Рассказчиков просят держать в памяти содержание реакции слушающих (классифицировав видимое отсутствие реакций как "глухое молчание").

Рефлексия:

-Рассказчики поделись с нами своими наблюдениями?

- Как вы считаете, вас внимательно слушали ваши собеседники?

- Собеседники расскажите, какие у вас возникли ощущения во время упражнения? Тяжело ли вам было сконцентрировать свое внимание на собеседнике?

-Удалось ли вам внимательно выслушать собеседника?

Одним из условий эффективного общения в семье выступают совокупность приемов слушания.

**Слайд 7.**

Пассивное слушание - по существу, тишина, молчание, но не простое, а внимающее, когда все внимание направлено на собеседника.

- 1) Каждое сообщение состоит из коммуникации и метакоммуникации, или собственно коммуникации (сообщения) и информации о самом сообщении.

Собственно сообщением выступает информационный «сухой остаток» сообщения или коммуникации. Метакоммуникация — это коммуникативная информация, которая сообщает о коммуникации. В сообщении содержится информация о том, как сообщается, и информация о том, кто сообщает. Например, в сообщении «Мне нужно решить вопрос о выборе школы для их подрастающего первенца. В горячем обсуждении звучат аргументы «за» и «против». Данный спор, если он является «бесконечным» или неразрешимым, определяется не поиском истины о школе, а вероятнее всего, содержит метакоммуникационный аспект — например, недовольство друг другом в распределении функций. Так, для мужа этот спор является неосознаваемым способом выразить свое разочарование женой, нарушающей традиционный уклад семейной жизни, а для жены, напротив, — поводом обличить «патриархальные идеи» своего мужа и отстоять собственные права. О роли метакоммуникации в описанном споре могут свидетельствовать его накал и ощущение «тупика», тогда как для другой семьи решение этого вопроса окажется абсолютно рядовым. Одним из основных признаков эффективного функционирования является способность участников *слышать* содержание (текст) и на него реагировать. Другим важным признаком является возможность выходить на метакоммуникативный уровень и делать его объектом обсуждения, то есть обсуждать *содержание* самой метакоммуникации.

- 2) В общении людей могут присутствовать парадоксальные способы взаимодействия. Они являются следствием неразрешимости противоречий на коммуникационном и метакоммуникационном уровнях.

Активное слушание – техника, в которой вы даете понять собеседнику, что вы знаете о его переживаниях.

### **Слайд 8.**

Типичные приемы активного слушания:

1. Поддакивания («ага», «угу», «да-да», «ну», кивание подбородком и т.п.);
2. Эхо- повторение последних слов собеседника.
3. Зеркало - повторение последней фразы с изменением порядка слов.
4. Парафраз - передача содержания высказывания партнера другими словами.
6. Побуждение - междометия и другие выражения, побуждающие собеседника продолжить прерванную речь ("Ну и...", "Ну и что дальше ?", "Давай-давай" и т.п.).
5. Уточняющие вопросы - вопросы типа "Что ты имел в виду, когда говорил "эсхатологический".
6. Наводящие вопросы - вопросы типа "Что-где-когда-почему-зачем", расширяющие сферу, затронутую говорящим, нередко такие вопросы являются по существу уводящими от линии, намеченной рассказчиком.
7. Эмоции - "ух", "ах", "здорово", смех, "ну-и-ну", "скорбная мина" и пр.

Еще одним действенным способом является применение «Я - сообщений».

### **Слайд 9.**

Я - сообщения позволяют выразить взрослому негативные чувства в необходимой форме, поэтому энергия партнера направлена не на то, чтобы обижаться, возмущаться, злиться, а на то, чтобы исправить ситуацию.

Схема «Я – высказывания».

Я... МНЕ... МЕНЯ... -> чувства -> ситуация + (безличные предложения, неопределенные местоимения обобщающие слова).

«Я- высказывание» имеет ряд преимуществ:

1. Оно позволяет выразить свои негативные чувства в необходимой для партнера форме.
2. Оно дает возможность супругам ближе узнать друг друга.

**Упражнение «Я - сообщение»**

Участникам предлагается вспомнить ситуации из жизни, где им пришлось вступить в противоборство (проблемную ситуацию), которую так и не получилось разрешить мирным путем.

На доске прописывается схема построения «Я – высказывания». Далее они совместно или по очереди составляют я –высказывания относительно ситуаций супружеского взаимодействия взятых из жизни.

Рефлексия:

- Сложно ли вас было сформулировать «Я –высказывание»?
- В чем состояла основная трудность?
- Как вами воспринималось «Я- высказывание»?

### **Слайд 10.**

#### **Заключение**

Для того чтобы гармония в супружеских отношениях оставалась стабильной, недостаточно только знать особенности личности партнера, так же необходимо использовать, на первый взгляд, простые правила коммуникации, которые требуют усилий со стороны обоих супругов. Только найдя общий язык вы сможете, не только минимизировать возникновение конфликтных ситуаций, но и добиться понимания, принятия, уважения и поддержки второй половинки.

#### **Список литературы**

1. Вацлавик П., Бивин Д., Джексон Д. – Психология межличностных коммуникаций. Издательство: Речь, 2014.-310 с.
2. Карабанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: Учебное пособие. – М.: Гардарики, 2015. — 320 с.
3. Сатир В. Вы и ваша семья. Издательство Апрель-Пресс, Институт Общегуманитарных Исследований, 2015 г.- 288 с.
4. Сатир В. Психотерапия семьи. Издательство: Речь, 2016 г.- 288 с.

5. Целуйко, В.М. Быть вместе нельзя расставаться: Как спасти отношения / Валентина Целуйко. – Екатеринбург: У-Фактория; М.: АСТ Москва: Хранитель, 2011. – 254 с. - (Семья, Психолог и Я).

#### Профилактическое мероприятие № 4

**Тема семинара:** Культура чувств.

**Цель:** развить компетентность в сфере эмоционально-волевой регуляции.

**Задачи:**

5. Актуализировать знания супругов о понятиях эмоция и чувства, и способах саморегуляции.
6. Сформировать представление о положительных аспектах использования техник адекватного выражения эмоций.
7. Снять эмоциональное и физическое напряжение.
8. Способствовать отреагированию собственного эмоционального состояния и состояния партнера в стрессовых ситуациях супружеской жизни.

**Оборудование:** презентация, листки А4, ручки.

**Временные рамки:** 120 мин

**Ход семинара:**

1. Вступительное слово.
2. Мини – лекция «Чувства и эмоции».
3. Упражнение «Продолжить фразу...».
4. Упражнение «Полезно или вред».
5. Упражнение «Разрушительные переживания».
6. Мини-лекция «Саморегуляция».

- Управление эмоциями на уровне тела.
- Техника «Медленное дыхание».
- Управление эмоциями на уровне сознания.
- Упражнение «ЗАТО».
- Управление эмоциями на уровне воображения.
- Упражнение «Семь свечей».
- Притча о гвоздях.

## **Вступительное слово**

### **Слайд 1.**

- *Здравствуйте уважаемые гости! Сегодня тема нашего семинара «Культура чувств».*

- *Хотелось бы узнать, как вы понимаете данное словосочетание? (Ответы супругов).*

### **Слайд 2.**

#### **Мини – лекция «Чувства и эмоции»**

Культура чувств – степень эмоциональной одухотворенности человека, его умение чувствовать и улавливать чувства других людей, тактичное отношение к своим и чужим чувствам, умение понимать, принимать и совладать с собственными чувствами и эмоциями.

Для того чтобы научиться понимать себя и справляться с собственными переживаниями, стоит обратиться к таким понятиям как эмоции и чувства.

### **Слайд 3.**

Эмоция – это непосредственное отражение сложившихся отношений, переживание, связанное с удовлетворением или неудовлетворением потребностей. Эмоции участвуют во всех психических процессах при любых состояниях человека. Они способны предвосхищать еще не наступившие события и могут возникать в связи с представлениями о пережитых ранее или воображаемых ситуациях.

-*Какие эмоции вы знаете? (Ответы супругов).*



В психологии выделяют несколько основных, или фундаментальных, эмоций: радость, удивление, страдание, гнев, отвращение, презрение, страх, стыд.

#### **Слайд 4.**

Чувство – более сложное, устоявшееся отношение человека к тому, что он познает и делает. Как правило, чувство включает в себя целую гамму эмоций. Чувства свойственны только человеку, они социально обусловлены, придают полноту и яркость нашему восприятию, поэтому эмоционально окрашенные факты помнятся дольше.

*-Какие чувства вы можете назвать? (Ответы супругов).*

В зависимости от сочетания скорости, силы и продолжительности чувств различают следующие виды эмоциональных состояний: настроение, страсть, аффект, воодушевление, стресс, фрустрация (состояние дезорганизации сознания и деятельности личности в связи с сильнейшим нервным потрясением).

#### **Слайд 5.**

*Настроение* - это эмоциональное состояние, которое отличается слабой или средней силой и значительной устойчивостью.

*Страсть* — сильное, доминирующее над другими чувствами человека, характеризующееся энтузиазмом или сильным влечением к объекту страсти. Объектами страсти могут быть как люди, так и предметы и даже идеи.

*Аффектами* называются чрезвычайно сильные, быстро возникающие и бурно протекающие кратковременные эмоциональные состояния (аффекты отчаяния, ярости, ужаса). Действия человека при аффекте происходят в виде "взрыва". Сильное эмоциональное возбуждение проявляется в бурных движениях, в беспорядочной речи. Иногда аффект проявляется в напряженной скованности движений, позы или речи (например, это может быть растерянность при приятном, но неожиданном известии). Аффекты негативно сказываются на деятельности человека, резко снижая уровень ее организованности.

## **Слайд 6.**

*Воодушевление* как эмоциональное состояние проявляется в различных видах деятельности. Оно характеризуется большой силой и устремленностью к определенной деятельности. Воодушевление возникает в тех случаях, когда цель деятельности ясна и результаты ярко представляются, при этом как нужные, ценные. Воодушевление – это своеобразная мобилизация всех лучших душевных сил человека.

*Стресс* (англ. stress — напряжение) представляет собой состояние чрезмерно сильного и длительного психологического напряжения, которое возникает у человека, когда его нервная система получает эмоциональную перегрузку.

*Фрустрация* — это психологическое состояние дезорганизации сознания и деятельности личности, вызванное объективно непреодолимыми (или субъективно так понимаемыми и переживаемыми) препятствиями на пути к очень желаемой цели.

- *Вы слышали определения эмоций и чувств, узнали их виды. Как вы считаете, в чем отличие эмоций от чувств? (Ответы супругов).*

## **Слайд 7.**

Различия эмоций и чувств:

1. Эмоции — процессы кратковременные (секунды, минуты), чувства — долговременны (дни, часы, годы).
2. Эмоции непрерывны в своем протекании и выражении. Чувства дискретны во времени: то проявляется, то затухают. Они существуют в двух формах: потенциальной и актуальной. В потенциальной форме происходит отвлечение от предмета чувства, и оно никак не проявляется, а в актуальной форме протекание чувства очевидно.
3. Эмоции ситуативные, чувства предметны. Эмоции — это реакция на текущие события, складывающиеся сиюминутно обстоятельства, воздействующие в данный момент факторы. Чувства же под воздействием ситуации возобновляются — всплывают, из потенциальной формы переходят в

актуальную, но объект (точнее, предмет), на который направлен чувства, остается постоянным.

4. Если в эмоциях отражается отношение субъекта к любым объектам действительности, с которыми он сталкивается в реальности, то в чувствах отражается отношение к наиболее значимым для человека объектам (в том числе к другим людям).

*- Хотелось бы услышать ваше мнение, для чего нужны человеку эмоции? Какую роль они играют в жизни людей? (Ответы супругов).*

#### **Слайд 8.**

Функции эмоций:

Во-первых, эмоция выполняет специфически биологическую функцию, например, направляет поток крови и энергетические ресурсы от гладких мышц внутренних органов к мышцам, ответственным за движения, как это бывает при переживании человеком эмоции гнева.

Во-вторых, эмоция оказывает мотивирующее воздействие на индивида, организуя, направляя и побуждая его восприятие, мышление и поведение.

В-третьих, каждая из эмоций выполняет социальную функцию. Сигнальный аспект жизненно важной системы взаимодействия человека с другими людьми складывается из его эмоциональных проявлений.

Эмоции и чувства составляют особую, очень важную сторону внутренней жизни человека. Все мы в каждый момент находимся в определенном эмоциональном состоянии, переживаем те или иные чувства. Эмоциональные проявления человека очень разнообразны: радость, горе, страх, гнев, удивление, грусть, тревога, восхищение, презрение и т. д. Мир эмоциональных переживаний пронизывает все стороны жизни: отношения с окружающими людьми, деятельность, общение и познание.

#### **Слайд 9.**

**Упражнение «Продолжить фразу...»**

Пары садятся лицом друг к другу. Им предлагается записать на листочках фразы и продолжить их за себя и за супруга/у. Далее фразы зачитываются по очереди.

Примерные фразы: «Я не люблю когда.....», «Я люблю когда.....», «Мне радостно, когда...», «Мне грустно, когда...», «Я сержусь, когда...», «Я расстроен, когда...»

Рефлексия:

- Сколько совпадений вы насчитали?
- Удивлены ли ответами партнеров?
- Задумывались ли вы раньше, что заставляет вашего партнера испытывать те или иные чувства?

Эмоции представляют собой пристрастное отношение субъекта к окружающему и к тому, что с ним происходит. Механизм возникновения эмоций тесно связан с потребностями и мотивами человека. Условия, предметы и явления, способствующие удовлетворению потребностей и достижению целей, вызывают положительные эмоции: удовольствие, радость, интерес, возбуждение. Напротив, ситуации, воспринимаемые субъектом как препятствующие реализации потребностей и целей, вызывают отрицательные эмоции и переживания: неудовольствие, горе, печаль, страх, грусть, тревогу и др.

### **Упражнение «Польза или вред»**

Участников просят объединиться в две группы. Каждой группе необходимо записать, что хорошего и что плохого связано с заданной эмоцией. Первая группа рассматривает пользу и вред «любви». Вторая группа рассматривает пользу и вред «гнев».

Примерный ответ:

Польза от любви: Испытываешь приятные чувства. Если любовь взаимна, то очень приятно её испытывать. Любовь помогает понимать чувства другого человека. Из этого чувства можно испытывать много чувств:

радость, веселье, нежность... Влюбленный не очень много думает о неприятностях.

Вред от любви: Насмешливость других. Ревность и недоверие к тому, кто любит. Чувство неразделенной любви. Из-за любви к одному человеку можно забыть всех остальных. Любовь легко перерастает в ненависть. (Примерно таким же образом описывается злость).

Зачитать выводы каждой группы.

Рефлексия

-Задумывались вы раньше о положительных и отрицательных аспектах чувств?

- Как вы считаете, существует ли только негативное чувство?

-Как вы считаете, существует ли только позитивное чувство?

- Что бывает, если человек сдерживает свои чувства?

В качестве иллюстрации можно привести аналогию с кипящим чайником: если его плотно закрыть, да ещё носик закупорить, он в конце концов взорвется, причинив вред тем, кого ошпарил, и самому себе. Так и человек: копит в себе эмоции, а потом «взрывается» и вредит тем самым и окружающим, и себе.

В реальности возможны разные варианты вытеснения чувств: уход в болезнь, тоску, депрессию или подверженность резким агрессивным вспышкам.

Эмоции и чувства неразрывно связаны с физиологическим состоянием организма человека: при одних человек чувствует прилив сил, подъем энергии, а при других – упадок, скованность. Эмоции и чувства всегда сугубо индивидуальны.

Большинство из нас проживают всю жизнь,нося с собой целый багаж страхов, обид и физических недугов. Но стоит ли нам в действительности носить этот груз, если есть методы, позволяющие легко от них избавиться?

Культура чувств предполагает умение владеть своими эмоциями. Любой человек в силах регулировать свое эмоциональное состояние, быть хозяином своих эмоций.

### **Слайд 10.**

#### **Упражнение «Разрушительные переживания»**

Переживание – это любое испытываемое человеком эмоционально окрашенное состояние. Но не все знают, что переживание может привести к крушению идеалов и ценностей человека, к переосмыслению своего существования. Такие переживания называются разрушительными. Чтобы знать, как с ними бороться, или хотя бы понимать, что это и есть разрушительные переживания, выполняется это упражнение.

*Задание первое.* «Вспомните, когда и где в последнее время вы испытывали перечисленные ниже разрушительные переживания. В психологии принято выделять пять групп разрушающих переживаний: эмоции тревожного круга: волнение, беспокойство, страх, тревога; эмоции агрессивного круга: обида, раздражение, гнев, ярость; аутоагрессия: чрезмерное чувство вины; эмоции депрессивного круга: глубокое уныние, апатия, тоска, депрессия; сильное огорчение, отчаяние».

*Задание второе.* Вам необходимо на каждую группу эмоций вспомнить и записать несколько ситуаций из вашей супружеской жизни.

*Задание третье.* Опишите, что вы сделали в каждой ситуации: ваши переживания и ваша поведенческая реакция. Обратите внимание на то, что важно описать не только поступки, но и эмоции.

*Задание четвертое.* Вам необходимо оценить, помогают ли вам эти переживания конструктивно завершить ситуацию. Определите также, было ли конструктивным ваше поведение. Для этого каждый эпизод оцените по следующим критериям.

Помогает ли мне это добиваться своих целей?

Помогает или мешает мое поведение тем, кто для меня дорог?

Помогает ли мне это в отношениях с окружающими?

Не разрушает ли это мое здоровье?

Если хотя бы по одному из перечисленных критериев ответ неблагоприятный, реакцию можно отнести к неконструктивной и неоправданной.

*Задание пятое.* Выберите только те иницирующие события, на которые вы ответили неоправданными, негативными, разрушительными переживаниями.

После того как все таблицы будут заполнены, вам предстоит обсудить как можно было справиться с представленным негативным спектром эмоций. Для этого объединитесь в группы.

Рефлексия.

Какие ситуации требуют от вас повышенного внимания для защиты от разрушительных переживаний?

Какие разрушительные переживания наиболее характерны для вашей рабочей группы?

Какие — наименее характерны?

Что вы поняли, чему научились, выполняя это упражнение?

*- Вы уже сами попытались разрешить проблему с регуляцией чувств, но для того, чтобы эффективно справляться с эмоциями необходимо знать и уметь использовать техники саморегуляции.*

**Слайд 11.**

### **Мини-лекция «Саморегуляция»**

Под психической саморегуляцией мы понимаем сознательные воздействия человека на присущие ему психические явления (процессы, состояния, свойства), выполняемую им деятельность, собственное поведение с целью поддержания (сохранения) или изменения характера их протекания (функционирования). Процессы психической саморегуляции носят обязательно сознательный (но не всегда во всех своих фазах осознанный) и целенаправленный (следовательно, и активный) характер

Саморегуляция может осуществляться с помощью четырех основных средств, используемых по отдельности или в различных сочетаниях.

В результате саморегуляции могут возникать три основных эффекта:

- 1) эффект успокоения (устранение эмоциональной напряженности);
- 2) эффект восстановления (ослабление проявлений утомления);
- 3) эффект активизации (повышение психофизиологической реактивности).

Установлено, что систематическое применение различных модификаций ПСР позволяет нормализовать эмоционально – энергетические характеристики психики, в частности закрепить преимущественно позитивные психические состояния.

Важно, выбрав для себя приемлемый вид ПСР, придерживаться в дальнейшем одного неперемного условия – постоянности и регулярности в овладении ее приемами. В настоящее время некоторые виды ПСР успешно применяются на практике. К их числу относятся аутогенная тренировка, медитация, визуализация.

## **Слайд 12.**

### **Управление эмоциями на уровне тела.**

**Аутогенная тренировка**- система приемов психического самовоздействия, обучающая управлению некоторыми вегетативными функциями и психическими процессами. Центральное звено аутогенной тренировки - развитие навыка расслабления мышц (релаксация). Владение искусством расслабления необходимо для поддержания здоровья и динамического равновесия в организме, снятия симптомов стрессорного воздействия, для обеспечения полноценного отдыха тела и ума от физических и психических нагрузок. Вместе с тем аутогенная тренировка таит в себе возможности совершенствования личности; развития, усиления психических процессов (например, мышления, воли, внимания и др.); формирования навыков самообладания, стрессоустойчивости. Ключевая роль в успешном



овладении методом аутогенной тренировки принадлежит самоконтролю, который сопровождает процесс развития релаксационного состояния.

### **Техника мышечной разрядки**

Избавиться от напряжения помогает мышечная разрядка. Ее актуально использовать, например, в те моменты, когда чувствуете наступление злости.

Один из способов — сожмите кулаки со всей силы, и держите их в таком положении, пока не ощутите, что больше сил нет. Пальцы начнут расслабляться сами. Метод хорош тем, что его можно использовать в любом месте, позаботившись о том, чтобы хотя бы один кулак был спрятан.

### **Техника «Медленное дыхание»**

На четыре счёта сделайте вдох, далее на четыре счёта задержите дыхание. Теперь на четыре счёта выдохните и снова задержите дыхание, тоже на четыре счёта. Дышите таким образом в течение 5 минут, после которых незаметно наступит расслабление.

### **Слайд 13.**

### **Управление эмоциями на уровне сознания.**

#### **Техника «Стратегия»**

Сконцентрируйтесь на проблеме и продумайте последовательность действий, которые помогут устранить все неприятности. Остановитесь на каждом действии, продумайте его и запомните ощущения, возникающие после каждого шага на пути к решению проблемы. Забудьте о раздражителях, они вам не будут мешать. Запомните план и поверьте в себя. У вас всё получится!

#### **Техника «Глобализация»**

Представьте себя и свою проблему. Теперь представьте себя внутри большого дома, дом — внутри улицы, улицу — внутри района, район — внутри города, город — внутри страны — страну — на материке, материк — на планете Земля, Землю — в галактике, а галактику — во вселенной. Ваши неприятности после таких мыслей покажутся вам настолько незначительными, что вы перестанете переживать.

### **Техника «Машина времени»**

Старый, проверенный способ. Предлагается подумать, будет ли волновать эта проблема вас через 10-20 лет.

### **Упражнение «ЗАТО»**

Это эффективное упражнение поможет избавиться вам от неприятных эмоций, возникающих в нашей жизни.

Ваша задача – вспомнить проблемную (конфликтную) ситуацию, возникшую в супружеских отношениях, которую вы наблюдали или были участником. Совместно с партнеров выбрать ситуацию и с начало отдельно друг от друга перевести негативные эмоции, используя прием “ЗАТО” в положительные эмоции, а потом ознакомить супруга/у с составленными утверждениями.

Рефлексия

-Изменилось ли ваше восприятие негативной ситуации?

**Слайд 14.**

### **Управление эмоциями на уровне воображения.**

**Визуализация.** Яркое представление зрительного образа составляет суть визуализации. Человек вызывает у себя какое-то приятное воспоминание: место, время, звуки и запахи (как можно более подробно), некоторое время «вживается» в это состояние, запоминает его и тренирует способность вызывать его по желанию. Это состояние называется ресурсным, и, научившись быстро вызывать его, можно включать это состояние (например, только представив себе какую-то картинку из вашего воспоминания) в трудные минуты.

### **Упражнение «Семь свечей»**

«Сядьте удобно, закройте глаза, расслабьтесь. Вам спокойно, удобно и комфортно... Вы дышите глубоко и ровно... Представьте себе, что на расстоянии примерно метра от вас стоят семь горящих свечей... Сделайте медленный, максимально глубокий вдох. А теперь вообразите, что вам нужно

задувать одну из этих свечей. Как можно сильнее подуйте в ее направлении, полностью выдохнув воздух.

Пламя начинает дрожать, свеча гаснет... Вы вновь делаете медленный глубокий вдох, а потом задуваете следующую свечу. И так все семь...»

Рефлексия.

-Как менялось состояние участников по мере выполнения этого упражнения?

- Где в реальных жизненных ситуациях может быть полезно владение такой техникой?

**Медитация** – серия мыслительных действий, цель которых – достичь особого состояния организма человека, характеризующегося погруженностью в глубокое физическое и психическое успокоение, отрешенностью от внешнего мира, во время которого сохраняется способность к размышлениям – оперированию образами на заранее намеченную тему.

Медитация хорошо зарекомендовала себя как эффективная защита организма от разрушительного влияния стресса. В целом она увеличивает ресурсы для сопротивления стрессу, любым негативным эмоциональным состояниям, развивая способность управлять собственными эмоциями. Она не только тренирует внимание, усиливает (развивает) контроль над собственными мыслительными процессами, но также не менее успешно способствует снижению мышечного напряжения, регуляции дыхания, нормализации пульса, снятию остроты чувства тревоги и страха. Экспериментально установлено, что человек с помощью медитации в состоянии регулировать частоту пульса, контролировать повышение и понижение температуры тела.

Отдельно хотелось бы сказать о способах регуляции гнева.

- Повторение про себя всего алфавит прежде, чем начать говорить.
- Иметь при себе бусы в состоянии гнева перебирать их.

- Смех снижает агрессивность, так как одновременно злиться и смеяться очень сложно.
- Занятия спортом: фитнес, классическая борьба, художественная гимнастика.
- Можно разрезать на мелкие части листы бумаги. Если такой возможности по определенным обстоятельствам нет, начните рисовать каракули в блокноте, с силой нажимая на стержень или грифель.

В качестве профилактической работы на уровне управления эмоциями можно использовать следующие меры:

- регулярно заниматься спортом,
- посещать массажиста,
- заниматься йогой,
- создайте для себя комфортные рабочие условия. Даже если у вас нет личного кабинета, уют можно создать и на рабочем столе: поставьте в рамку фотографию дорогого человека или любимого питомца, подберите канцелярские товары, с которыми работа будет в большее удовольствие, выберите кружку, из которой вам будет приятно пить чай/кофе, прикрепите на монитор стикер с ободряющей надписью.

Так же может оказаться действенным и то, если вы сделаете что-нибудь приятное для себя: выпьете чашечку вкусного кофе/чая, посмотрите на снимки ваших любимых, включите приятную мелодию.

## **Слайд 15.**

### **Притча о гвоздях.**

Жил-был на свете юноша с плохим характером. Не проходило ни дня, чтобы он не поругался с кем-нибудь. Однажды отец дал ему полный мешок гвоздей и сказал: «Каждый раз, когда ты потеряешь терпение или поругаешься с кем-нибудь, забивай один гвоздь в ворота нашего сада». В первый же день юноша забил 37 гвоздей. Вечером он долго сидел у ворот и думал о своей жизни.

В последующие недели юноша научился контролировать себя и количество забитых гвоздей, уменьшая его изо дня в день. Он понял, что

можно научиться контролировать себя. Это лучше, чем забивать гвозди в красивые ворота собственного сада. Наконец наступил тот день, когда юноша не забил ни одного гвоздя. Он пришел к отцу и с гордостью сказал ему об этом. Тогда отец сказал юноше вынимать один гвоздь из ворот каждый раз, когда он не потеряет терпение. Юноша очень старался. Ему было трудно. Иногда у него опускались руки, и ему казалось, что он никогда не сможет изменить себя. Но однажды наступил тот долгожданный день, когда юноша смог сказать отцу, что вытащил последний гвоздь.

Тогда отец подвел сына к воротам:

«Сын, ты прекрасно вел себя, но посмотри, сколько дырок осталось на воротах. Никогда, никогда уже ворота не будут такими, как раньше». Когда ты с кем-нибудь ругаешься, злишься, теряешь терпение и говоришь человеку неприятные вещи, ты оставляешь ему раны. Как те, что на воротах. Рана, нанесенная словами, причиняет ту же боль, что и физическая. Неважно, сколько раз ты попросишь прощения. Рана останется. Помните об этом всегда!!!

#### **Рефлексия занятия.**

-Что нового вы узнали о себе?

-Ваши впечатления о занятии?

#### **Слайд 16.**

#### **Список литературы:**

1. Берг-Кросс Л. Терапия супружеских пар / Л. Берг-Кросс. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2014.- 528 с.
2. Никифоров Г. С., Шингаев С. М. Виды психической саморегуляции// Вестн. ЛГУ, 2014. – Вып. 1(№ 5).-92-101с.
3. Психология и педагогика. Курс лекций: Учеб. пособие для студентов вузов / А. К. Луковцева.»: КДУ; Москва, 2013.-190с.
4. Психология и педагогика: Учебное пособие / Николаенко В. М., Залесов Г. М., Андрюшина Т. В. и др. - М.: ИНФРА-М; Новосибирск: НГАЭиУ, 2010. - 175 с.

5. Саенко Ю.В. Регуляция эмоций: тренинги управления чувствами и настроениями. СПб.: Речь, 2010. -232 с.
6. Шапарь В.Б. Двое в лодке. Тренинг семейных отношений. – Ростов н/Д: Феникс, 2012. -384с.

### Профилактическое мероприятие № 5

**Тема практикума:** Кривое зеркало.

**Цель:** сформировать адекватную самооценку у супругов.

**Задачи:**

5. Развитие умения адекватно воспринимать критику.
6. Развитие навыков самоанализа своих достоинств и недостатков, расширение представлений о других и себе.
7. Развитие самооценности и получение обратной связи.
8. *Развитие способности осознавать и вербализовать свои чувства, находить слова для его обозначения.*

**Оборудование:** листы А4, цветные карандаши, ручки.

**Временные рамки:** 120 мин

**Ход практикума.**

8. Вступительное слово.
9. Мини-лекция.
10. Упражнение «Адекватная самооценка».
11. *Упражнение «Расскажи мне».*
12. Упражнение «Мнение со стороны».
13. Упражнение «Чувствование».
14. Упражнение «Горячий стул».
15. Притча.
16. Заключение.

### ***Вступительное слово***

- Здравствуйте, дорогие супруги! Сегодняшнее занятие мне бы хотелось начать с фразы «Неумение верно себя оценивать — это путь к одиночеству». Как вы считаете, что хотел донести автор этих строк? (Ответы супругов).

-Да, вы правы мы с вами будем говорить о влиянии самооценки на супружеские взаимоотношения. Для начала разберемся для чего же нужна самооценка?

### ***Мини-лекция***

Самооценка – это представление человека о важности своей личности, деятельности среди других людей и оценивание себя и собственных качеств, и чувств, достоинств и недостатков, выражение их открыто или даже закрыто.

-Какие виды самооценки, по вашему мнению, существуют? (Ответы супругов).

**Неадекватная самооценка** в свою очередь может быть как завышенной, так и заниженной. Если человек переоценивает свои возможности, результаты деятельности, личностные качества, то его самооценка является **завышенной**. Завышенная самооценка возникает в результате неадекватно завышенного оценивания своих способностей и возможностей, может проявляться в социальной дезадаптации личности. Такой человек самоуверенно берется за работу, превышающую его реальные возможности, что при неудаче может приводить к разочарованию и стремлению переложить ответственность за нее на обстоятельства или других людей.

**Заниженная самооценка** проявляется в постоянном стремлении недооценивать собственные возможности, способности и достижения, в тревожности, боязни отрицательного мнения о себе, ранимости, побуждающей человека сокращать контакты с другими людьми. В этом случае страх самораскрытия ограничивает глубину и близость общения.

Люди с пониженной самооценкой подчас недоверчиво и недоброжелательно относятся к другим людям. Такая самооценка разрушает у человека надежды на собственные успехи и хорошее отношение к нему со стороны окружающих, а свои реальные успехи и положительную оценку окружающих он воспринимает как временные и случайные.

Адекватная самооценка – реалистичная оценка самого себя, своих потребностей, нравственных качеств и поступков. Адекватная самооценка позволяет субъекту отнестись к себе критически правильно, соотнести свои силы с задачами разной трудности и с требованиями окружающих.

*-Как вы считаете, какие факторы влияют на формирование адекватной самооценки? (Ответы супругов).*

Адекватная самооценка формируется:

- правильным воспитанием;
- в меру критическим отношением к себе;
- умением самостоятельно ставить перед собой осуществимые цели;
- верной оценкой своих достижений и ошибок;
- отсутствием проявлений пессимизма при неудачах.

В качестве основного критерия оценивания выступает система смыслов и не смыслов индивида.

*-Как вы считаете, зачем нужно знать свою самооценку? (Ответы супругов).*

Значительную роль в формировании самооценки играют оценки, окружающих личности и достижений индивида.

Люди не могут не оценивать себя, свои поступки и действия. Без самооценки трудно и даже невозможно самоопределиться в жизни. Верная самооценка предполагает критическое отношение к себе, постоянное примеривание своих возможностей к предъявляемым жизнью требованиям, умение самостоятельно ставить перед собой осуществимые цели, строго оценивать течение своей мысли и её результаты, подвергать тщательной проверке выдвигаемые догадки, вдумчиво взвешивать все доводы «за» и



«против», отказываться от неоправдавшихся гипотез и версий. Верная самооценка поддерживает достоинство человека и дает ему нравственное удовлетворение и не только. Адекватное или неадекватное отношение к себе ведет к гармоничным супружеским отношениям, обеспечивающих разумную уверенность в себе.

### **Упражнение «Адекватная самооценка»**

Группа делится на две подгруппы (мужья и жены). Группе, в которую входят мужья, дается задание ответить на вопрос – «Какие действия со стороны супруга могли бы способствовать формированию адекватной самооценки жены в супружеских отношениях?» Второй группе - «Какие действия со стороны супруга могли бы способствовать формированию адекватной самооценки мужа в супружеских отношениях?» Таким образом, вам необходимо прописать ваши действия, которые позволили бы почувствовать вашего партнера гармоничной личностью.

Рефлексия:

-Выполняете ли что -нибудь из приведенного списка в вашей семье?

- Как вы себя ощущаете, когда то или иное действие обращено в вашу сторону?

-Сложно ли будет выполнять эти действия?

-Хотелось ли бы вам, что бы приведенных моментов стало больше в вашей жизни?

Вирджиния Сатир обнаружила, что люди с низкой самооценкой надеются много получить от партнера. При этом они полны страха разочарования и не доверяют людям. Именно поэтому они выбирают в супруги тех, в ком видят нечто, совпавшее с их ожиданиями и одновременно подтвердившее страхи.

В дальнейшем они будут провоцировать ожидаемое поведение, которого боятся, чтобы поскорее проверить свои догадки (или исполнить собственные предсказания).

Если два человека в период романтических отношений пытаются показаться лучше, чем они есть, не проявляя своих истинных чувств, они могут создать впечатление сильных и самоуверенных людей, хотя внутри чувствуют себя неуверенными, беспомощными, даже напуганными. Посмотрев на партнера, они могут решить, что нашли нужного человека, который сможет о них позаботиться. Каждый из них решил: «Я слаб, но у партнера хватит сил на двоих».

После свадьбы они обнаружат, что имеют дело совсем с другим человеком. Разочарование в этом случае неизбежно.

Проблема в том, что человек с низкой самооценкой скрывает свои чувства, страхи, опасаясь, что его не будут любить. И поскольку его самооценка зависит от других, он старается быть таким, каким его считают другие. Такие отношения можно сохранять, пока окружающее не вызовет стресса или пока не надо принимать решение.

Люди с низкой самооценкой не умеют говорить друг другу о надеждах, страхах, ожиданиях. Они полагают, что должны угадывать, что происходит с близкими.

Эти люди гораздо в большей степени живут в своих фантазиях, чем в реальности. И всякое столкновение с реальностью вызывает стресс, фрустрацию, разочарование.

Люди с завышенной самооценкой агрессивны, конфликтны и очень редко берут на себя ответственность за свое поведение в отношениях. Завышенная самооценка также не способствует построению отношений. Только адекватная самооценка дает способность строить отношения и достичь успеха.

Всякая проблема, мешающая построить и сохранить отношения, устраняется в систематических упражнениях, с помощью психолога. Каждый человек нуждается в превращении своего «слабого места» в точку роста.

Гармоничные отношения – это залог стабильности брачного союза, онтологическая константа его существования. Поскольку речь идет о

межличностных отношениях, стабильность брака во многом определяется адекватным межличностным восприятием супругами друг друга. Межличностное восприятие базируется на самоотношении супругов и отношении к партнеру.

### ***Упражнение «Расскажи мне»***

Одному из пары предлагается выбрать какой-либо личный предмет (расческу, сумочку, авторучку) и от его имени представить его хозяина и рассказать о нем что-нибудь интересное или примечательное (чем этот человек отличается от других). Первым представляется ведущий, затем ассистент, затем остальные члены группы по мере готовности. Затем желающие могут задавать вопросы (каждое представление две, три минуты).

- Как вам было слышать про себя?
- Удивило ли вас, что-то в сказанном?
- Ожидаемые были слова?

От того, как люди воспринимают друг друга, зависит развитие их взаимоотношений. Супружеские взаимоотношения решающей степени зависят от того, какие чувства вызывает супруг, какое о нем формируется мнение. Именно от того, как воспринят партнер (а не непосредственно от того, каков он на самом деле), зависит отношение к этому человеку. Иногда это отношение оказывается оправданным и справедливым. Но бывает и так, что впоследствии люди разочаровываются в человеке, упрекают себя в том, что с самого начала не разглядели его подлинной сущности.

### ***Упражнение «Мнение со стороны»***

Каждой паре предлагается записать по пять положительных качеств партнера и по пять отрицательных качеств партнера, сформулированных в виде прилагательных. Далее пары садятся лицом друг к другу. Им необходимо рассказать партнеру записанные качества, но с условием, если идет перечисление положительных качеств, то фразу стоит начинать со слов «Меня восхищает, что ты...», если отрицательных качеств, то со слов «Меня огорчает, когда ты ...». После того как произошел обмен качествами,

необходимо в каждом отрицательном качестве найти что-то положительное, а в каждом положительном что-то отрицательное. Происходит обмен мнениями. Пары садятся в круг.

Рефлексия:

- Расскажите о ваших ощущениях?
- Согласны ли вы с теми качествами, которые перечислил ваш партнер?
- Есть ли что-то, что вас удивило или наоборот огорчило?
- Появилось ли желание пересмотреть свое отношение к партнеру?

Супруги неодинаково относятся ко многим вопросам и проблемам, а это значит, что при решении проблемы могут возникнуть разногласия в том, что супруги плохо понимают чувства друг друга; говорят слова, совершают поступки, которые раздражают другого; чувствуют нелюбимыми, т.к. партнер стесняется выразить свои чувства; испытывают неудовлетворенную потребность в доверии; редко делают друг другу комплименты и т.д. Это накладывает отпечаток на формирование черт супругов в браке и на их удовлетворенность браком. Счастливы и уверенный человек с высоким чувством собственного достоинства воспримет ситуацию по-иному, нежели это сделает мнительный человек, который постоянно сомневается в себе.

### **Упражнение «Чувствование»**

Супругам предлагается нарисовать чувства, которые они испытывают по отношению к партнеру по браку. Они могут иметь различную форму и цветовой контекст. Оговаривается, что рисунок не будет оцениваться с точки зрения художественной гармоничности. Далее, когда рисунок завершен, супругам предлагается рассказать о своем творчестве.

Рефлексия:

- Что вы хотели изобразить на своем рисунке?
- Расскажите о своих ощущениях от рисунка супруга/и (вопрос партнеру)?
- Есть ли что-то, что вас удивило или наоборот огорчило?
- Ожидали ли вы, что ваш партнер испытывает именно такие чувства?

Значительное влияние на восприятие другого человека оказывает самооценка воспринимающего. Самооценка - это индикатор того, насколько человек сам, его образ жизни и поведения соответствует внутренней системе смыслов, заложенной в течение жизненного пути. То есть даже при внешнем благополучии и отсутствии проблем у человека может быть низкая самооценка, отсутствие любви к себе. И это само по себе может свидетельствовать о дисгармонии, наличии предпосылок к личностному кризису. Без верной самооценки очень трудно и практически невозможно построить отношения.

У каждого человека имеется представление о своей внешности, но большинство людей проявляют интерес не к тому, как он выглядит, а к своей внутренней сущности. Свое психологическое отражение человек может увидеть только посредством других людей. Окружающие являются для него нечто вроде психологического зеркала. Формирование и коррекция представления человека о себе в игровой группе, в отличие от обыденного общения, происходит более интенсивно, а главное управляемо. При этом другие участники группы выступают в роли особых «зеркал», отражающих и показывающих то, что человек не может увидеть самостоятельно.

### **Упражнение «Горячий стул»**

Каждому из членов группы по очереди необходимо высказать участнику, сидящему на «горячем стуле», по одному своему пожеланию или отношению. При этом так же есть четыре условия:

- отношения должны высказываться только к действиям человека, а не к самому человеку;
- не должно быть оценок типа «Ты такой...»;
- пожелания должны говориться только в позитивной форме;
- участник, сидящий на «горячем стуле» не может как-либо отвечать.

Рефлексия:

- Расскажите о своих ощущениях, когда вы находились на стуле?
- Тяжело ли было не отвечать?

-Были ли для вас удивительны, какие-либо высказывания?

-Тяжело ли было формулировать свое отношение, придерживаясь правил?

### **Притча «10 коров»**

Однажды два моряка отправились в странствие по свету, чтобы найти свою судьбу. Приплыли они на остров, где у вождя одного из племён было две дочери. Старшая – красавица, а младшая – не очень. Один из моряков сказал своему другу:

- Всё, я нашёл своё счастье, остаюсь здесь и женюсь на дочери вождя.

-Да, ты прав, старшая дочь вождя – красавица, умница. Ты сделал правильный выбор – женись.

-Ты меня не понял, друг! Я женюсь на младшей дочери вождя.

- Ты что, с ума сошёл? Она же некрасивая.

- Это моё решение, и я это сделаю.

Друг поплыл дальше в поисках своего счастья, а жених пошёл свататься.

Надо сказать, что в племени было принято давать за невесту выкуп коровами.

Хорошая невеста стоила десять коров.

Пригнал он десять коров и подошёл к вождю.

- Вождь, я хочу взять замуж твою дочь и даю за неё десять коров!

- Это хороший выбор. Моя старшая дочь – красавица, умница, и она стоит десяти коров. Я согласен.

- Нет, вождь, ты не понял. Я хочу жениться на твоей младшей дочери.

- Ты что, шутишь? Не видишь, она же некрасивая.

- Я хочу жениться именно на ней.

- Хорошо, но, как честный человек, я не могу взять десять коров, она того не стоит. Я возьму за неё три коровы, не больше.

- Нет, я хочу заплатить именно десять коров.

Они поженились.

Прошло несколько лет, и странствующий друг, уже на своём корабле, решил навестить оставшегося товарища и узнать, как у него жизнь. Приплыл, идёт по берегу, а навстречу женщина неземной красоты.

Он её спросил, как найти его друга. Она показала. Приходит и видит: сидит его друг, вокруг детишки бегают.

- Как живёшь?

- Я счастлив.

Тут входит та самая красивая женщина.

- Вот, познакомься. Это моя жена.

- Как? Ты что, женился ещё раз?

- Нет, это всё та же женщина.

- Но как это произошло, что она так изменилась?

- А ты спроси у неё сам.

Подошёл друг к женщине и спрашивает:

- Извини за бестактность, но я помню, какая ты была... не очень. Что произошло, что ты стала такой прекрасной?

-Просто однажды я поняла, что стою десяти коров.

Рефлексия:

-Чем запомнилось вас сегодняшнее занятие?

- Что нового вы для себя вынесли из занятия?

### **Заключение**

Помните, что никто в мире не может определить вам цену. Каждый человек уникален и по-своему неповторимый. Так дайте возможность, чтобы все лучшее, что есть в вас, проросло и стало видно другим.

Цените и любите себя. Именно с этого начинается ваше счастье. Только тот, кто может любить себя, сможет дарить любовь другому. Ибо делиться можно только тем, что у тебя есть. К тому же, любовь способна умножаться. Чем больше любви вы отдаете, тем больше любви приходит в вашу жизнь.

Список литературы:

1. Андреева Т. В. Семейная психология. Учебное пособие. -СПб.: Речь, 2011. - 244 с.
2. Гурко Т. А. Удовлетворенность браком как показатель супружеских отношений // Семья и социальная структура. М., 2013.-105-110с.
3. Общая психология и психология личности/под ред. А. А. Реана.- АСТ МОСКВА; СПб.: Прайс –ЕВРОЗНАК, 2014.-636с.
4. Сатир В. Психотерапия семьи. Издательство: Речь, 2006.- 288 с.
5. Торохтий В. С. Психологическое здоровье семьи и пути его изучения // Вестн. психосоц. и коррекц.-реабилитацион. работы. - 2011. - №3. - С. 36-44.
6. Шапарь В.Б. Двое в лодке. Тренинг семейных отношений. – Ростов н/Д: Феникс, 2012.-384с.



## Профилактическое мероприятие № 6

**Тема круглого стола:** Невидимые миру слезы.

**Цель:** повысить уровень информированности и правовой компетентности по вопросам психологического насилия.

**Задачи:**

4. Расширить знания о механизмах и средствах правового разрешения проблемы психологического насилия.
5. Ознакомить с деятельностью психолога и кризисных центров по проблеме психологического насилия.
6. Позиционирование психологической помощи среди населения как способа сохранения гармоничных семейных взаимоотношений.

**Временные рамки:** 120 мин

**Ход круглого стола:**

1. Приветствие.
2. Дискуссия.
3. Выступление сотрудника правоохранительных органов.
4. Мини-лекция.
5. Рефлексия.

**Приветствие.**

*-Здравствуйте, дорогие гости! Мы рады вас приветствовать на круглом столе тема, которого «Невидимые миру слезы»!*

*-Сегодня мы с вами ознакомимся со средствами противостояния психологическому насилию с точки зрения правового разрешения проблемы, а так же обсудим деятельность служб по предупреждению психологического насилия в супружеских отношениях.*

### **Слайд №2. Дискуссия.**

*- Для начала давайте с вами порассуждаем над вопросами:*

- Как вы считаете, домашнее насилие это дело семьи или общества?
- Кто, по вашему мнению, виноват в том, что в семье реализуется психологическое насилие?
- Может ли быть оправданным применение психологического насилия к партнеру?
- Как вы считаете, можно ли искоренить психологическое насилие в супружеских взаимоотношениях?
- Существуют ли, по вашему мнению, способы разрешения проблемы психологического насилия в супружеских отношениях мирным путем?

### **Выступление сотрудника правоохранительных органов.**

*Примечание: пояснение по данной теме дается сотрудником правоохранительных органов в ходе лекции.*

Сегодня мы остановимся с вами на нормах Уголовного кодекса РФ, где в ряде статей закреплены формы проявления противоправного психологического воздействия - психологическое насилие.

В статьях Уголовного кодекса Российской Федерации (далее - УК РФ) можно выделить систему или иерархию приемов и способов психологического воздействия (насилия), а именно: ряд норм запрещает психологическое воздействие (насилие) под угрозой уголовного наказания, что образует отдельный состав преступления.

К нормам, запрещающим психологическое воздействие (насилие) под угрозой уголовного наказания и образующие отдельный состав преступления, относятся две большие группы:

А. Факт психологического воздействия (насилия) содержится в названии статьи УК РФ. К данной группе относятся такие приемы психологического воздействия (насилия), как принуждение, клевета, оскорбление, вымогательство, склонение, унижение человеческого достоинства, сопротивление, вовлечение. Рассмотрим последовательно каждую группу норм:

- принуждение:

- а) к совершению сделки или к отказу от ее совершения (ст. 179);

- б) к даче показаний (ст. 302).

Под принуждением мы будем понимать угрозу применения как физического, так и психического, психологического насилия (1, 301). В комментарии к ст. 302 УК РФ дается перечень приемов принуждения, а именно угрозы, шантаж, иные незаконные действия, насилие (1, 727). Перечень приемов принуждения, как видим, остается открытым;

- клевета (ст. ст. 129, 298) - данное понятие раскрывается непосредственно законодателем следующим образом: распространение заведомо ложных сведений, порочащих честь и достоинство другого лица или подрывающих его репутацию. Однако то, какой психологический эффект могут иметь данные действия, законодателем и правоприменителем не конкретизировано;

- оскорбление (ст. ст. 130, 319) - близким к предыдущему является рассматриваемое понятие, но здесь правоприменитель дает более полную картину: оскорбление выражается в отрицательной оценке личности, которая подрывает его престиж в глазах окружающих и наносит ущерб уважению к самому себе. Несмотря на столь оценочные понятия, имеются и конкретные примеры: оскорбление должно быть выражено в неприличной, т. е. циничной, форме, глубоко противоречащей правилам поведения, принятым в обществе (1, 330);

- вымогательство (ст. ст. 163, 221, 226, 229) - правоприменитель не определяет сам факт вымогательства как психологическое воздействие

(насилие), однако указывает, что при вымогательстве используется угроза как средство психического насилия (1, 415);

- склонение (ст. 230) - данное понятие Пленум Верховного Суда РФ определил в 1998 г. относительно наркотических средств и психотропных веществ: как любые активные умышленные действия, направленные на возбуждение у другого лица желания к их употреблению (уговоры, предложения, дача советов и т. п.), а также обман, физическое или психическое насилие, ограничение свободы и др. (2, п. 14);

- унижение человеческого достоинства (ст. 282) - авторы пособия не рассматривают подробно данный вид психологического воздействия (насилия), а лишь обозначают две формы поведения: оскорбления и клевета, которые были рассмотрены нами ранее;

- сопротивление (ст. 333) - из общего смысла, изложенного правоприменителем, можно решить, что сопротивление может проявляться лишь в физическом противостоянии, однако нам кажется, что на одном уровне с физическим необходимо рассматривать и психологические приемы сопротивления;

- вовлечение (ст. 240) - у правоприменителя представлен довольно развернутый перечень способов, описывающих данный способ психологического воздействия (насилия): уговоры, обещания, угрозы, обман, использование зависимого положения потерпевшего и т. п. (1, 571), однако мы опять сталкиваемся с тем, что перечень способов не исключительный, а критериев для оценки способов ни законодатель, ни правоприменитель нам не предоставляют.

Б. Факт психологического воздействия (насилия) указан в диспозиции статьи. В этих нормах законодатель выделяет следующие приемы психологического воздействия (насилия):

- доведение до самоубийства (ст. 110) – способ совершения данного преступления содержится в самом законе - это угрозы, жестокое обращение и систематическое унижение человеческого достоинства потерпевших. Угроза

может касаться физической расправы, лишения жилья, материальной или медицинской помощи, разглашения сведений, которые потерпевший хочет сохранить в тайне. Жестокое обращение выражается в нанесении побоев, истязании, лишении воды, пищи, одежды, жилища. Систематическое унижение человеческого достоинства заключается в глумлении, оскорблении, особенно в присутствии третьих лиц, распространении ложных слухов, систематических, необоснованных придирках в быту, учебе, работе (1, 291);

- истязание (ст. 117) – причинение физических или психических страданий, под последними понимаются такие страдания, которые характеризуются возникновением стрессового состояния потерпевшего, и причинение ему других психических травм, не носящих характер психических расстройств (1, 298);

- принуждение (ст. ст. 144, 240, 309) – под принуждением в данных статьях правоприменитель понимает противоправное воздействие, психическое (угроза уничтожением имущества и применением насилия, шантаж и т. д.) или физическое (1, 365);

- шантаж (ст. ст. 133, 302) - требование совершить угодные виновному действия (бездействие) под угрозой предать огласке истинные или ложные сведения, порочащие честь, достоинство, репутацию как потерпевшего, так и его близких (1, 727);

- обман (ст. ст. 150, 159, 165) заключается в просьбе к совершению тех или иных действий, которые не кажутся преступными, при этом обманутый не осознает, что он совершает преступление, поскольку он добросовестно заблуждается в предназначении вещи, или, будучи убежденным, полагает, что оказывает помощь. Обман может также выражаться в убеждении в безнаказанности за содеянное (1, 378);

- злоупотребление (ст. ст. 159, 165) – виновный путем заверений или умолчания создает у потерпевшего уверенность в правомерности или выгоды для него передачи имущества или права на него;

- склонение (ст. 2051) – кроме описанного выше, законодатель применительно к данной статье определяет склонение как идеологическую обработку, подкуп, шантаж, обман;

- понуждение (ст. ст. 133, 206, 239) – призывы, уговоры, запугивание, обман, лесть и иные способы, направленные на отказ от исполнения обязанностей, возложенных на граждан РФ (1, 570);

- оскорбление (ст. 297);

- унижение чести и достоинства, издевательство (ст. 335) – в рамках данной статьи УК РФ правоприменитель относит к ним следующие действия: оказание услуг старослужащим, выполнение за них тех или иных обязанностей военной службы, сексуальные извращения, изъятие обмундирования, продуктов питания, иных материальных ценностей (1, 852);

- распространение сведений, которые могут причинить существенный вред правам и законным интересам потерпевшего или его близким (ст. 179). В эту группу можно включить различные виды угроз и насилия, но ввиду того, что данные приемы психологического воздействия (насилия) достаточно широко представлены именно как способ совершения преступления и имеют свою собственную структуру, мы их рассмотрим ниже, в отдельном блоке.

Сложность дел о семейном насилии состоит в том, что необходимы свидетели, которые могут подтвердить информацию, указанную в заявлении. Однако их отсутствие, как многие ошибочно считают, не может быть основанием для отказа в возбуждении дела, так как при решении этого вопроса подлежит оценке вся совокупность обстоятельств, имеющих значение.

При подготовке к судебному разбирательству мировым судьям рекомендовано истребовать сведения о судимости и привлечении к административной ответственности обвиняемых (подсудимых), справок из наркологии и психдиспансера, характеристик с места жительства и работы. Если обвиняемый ранее уже был судим за хулиганство или оскорбление, а в материалах дела зафиксирован факт насильственных действий с его стороны,

то это послужит дополнительным основанием для возбуждения уголовного дела.

После подачи Заявления в суд мировой судья разъясняет заявителю его право на примирение с лицом, в отношении которого подано заявление. Проблема защиты от психологического насилия усугубляется тем, что пострадавшие часто не заинтересованы в возбуждении дела против своего партнера, особенно если им кажется, что еще есть возможность сохранить семью. В полицию обращаются, потому что хотят прекратить насилие «в данный момент», в надежде, что оно больше никогда не повторится.

Статистика показывает, что многие дела заканчиваются как раз примирением. Потерпевшие от домашнего насилия могут желать прекратить дело из-за нежелания «выносить сор из избы», по причинам угроз со стороны обвиняемого, из опасений за свою жизнь и здоровье, за своих детей и по материальным соображениям — из страха потерять источник дохода. Так же дабы изолировать на время лицо, оказывающее психологическое насилие, возможно назначение административного ареста до 15 суток за мелкое хулиганство, что чаще всего и используется потерпевшими для защиты своих прав.

### **Мини-лекция**

Семья – это сложная система, живой организм. Семья – существенный фактор эмоционального благополучия личности. Порой именно удовлетворенность супружескими отношениями, определяет эмоциональный тон мироощущения. От того, как строятся супружеские отношения, какие ценности, интересы выдвигаются у ее старших представителей на первый план, зависит, какими вырастут дети.

Состояние супружеской системы является одним из основных индикаторов микроклимата семьи, ее психологического здоровья, которая может, как развивать личность, так и разрушать ее, во власти семьи укрепить или подорвать психическое здоровье ее членов.

Coohey считает, что неудовлетворенная отношениями с мужем женщина с высокой степенью вероятности не сможет проявить нежность и установить близость со своим ребенком отношения.

На сегодняшний день особую роль в брачно-семейных отношениях приобретает патогенное супружество.

Патогенное супружество - это специфический семейный стиль жизни, приводящий к эскалации (усиления) и межпоколенной трансляции насилия.

Если в начале супружеских отношений присутствовал только один вид домашнего насилия, то с течением времени жертва подвергается самым разнообразным и изощренным формам домашнего притеснения. Насилие приобретает «хронический» характер, раз начавшись, само по себе насилие не прекратится никогда.

Атмосфера критики и унижения приводит к тяжелым переживаниям, понижению самооценки, стрессу и даже депрессии. Особенно от такого морального насилия страдают дети, чья психика формируется в крайне неблагоприятном эмоциональном климате. Психологическое насилие в семье может быть и вежливым, но от этого не менее тягостным.

- *Что необходимо предпринять, если вы столкнулись с психологическим насилием? (Ответы супругов).*

Лучше не допускать проблемы, чем решать ее, когда ситуация накалена до предела - именно поэтому так важна профилактика насилия в семье. Существует ряд тревожных признаков, которые прямо или косвенно свидетельствуют о том, что у вашего партнера есть склонность вас подавлять или он уже это делает. Это можно понять в целом по жесткому контролю за контактами, ревностью, неуважению к вашим желаниям и потребностям.

Людям, страдающим от насильственных действий в семье, тяжело принять помощь от других людей. Довольно часто они просто боятся обращаться за помощью, они стесняются, стыдятся, и поэтому не прибегают к помощи специализированных служб. Нередко люди, страдающие от домашней тираннии, не знают куда обращаться.



Если необходимо немедленное реагирование, то следует обратиться в милицию. Однако милиция не решит семейные конфликты, требующие кардинальной позиции от вас. Пока вы самостоятельно не примите окончательное решение, что больше не хотите быть жертвой, ничего не изменится, и никто вам не сможет помочь.

Не стоит пренебрегать общением с близкими и друзьями. Даже если они не в состоянии помочь, вы можете получить психологическую поддержку, понимание и возможность выговориться.

Так же, существуют специализированные организации, направленные на оказание помощи пострадавшим от террора в семье. К ним относят кризисные центры, учреждения медико-социального восстановления, социальные службы и др. Очень важно, чтобы телефоны организаций способных помочь были всегда под рукой.

Уходить из дома при первых намеках на психологическое насилие, как и оставаться и терпеть, — в равной степени неконструктивные реакции, однако порой принять взвешенное решение очень сложно без посторонней помощи.

Исправить ситуацию, не разрывая отношения, возможно, только если совместно с партнером обратиться к психологу, который поможет стабилизировать отношения, а в дальнейшем и нормализовать работу супружеской подструктуры.

*-Как вы считаете, какова роль психолога при разрешении проблемы психологического насилия в супружеских отношениях? (ответы супругов).*

Деятельность психолога в случае психологического насилия в супружеских отношениях направлена на:

- создание благоприятного семейного климата;
- выработку психологически грамотных правил взаимодействия, с которыми согласны оба супруга;

- развитие навыков супругов в выражении своих чувств, мыслей, желаний, а также претензий и недовольств в конструктивной форме, в которой они могут быть услышаны партнером;

- прояснение накопившихся обид и разочарований;

- преодоление различий во взглядах на вопросы воспитания детей;

- преодоление трудностей в общении с партнером по браку.

На сегодняшний момент существуют центры помощи женщинам, пострадавшим от насилия в семье, различные общественные организации, в которые можно обратиться. Если попасть туда нет возможности, стоит обратиться за помощью к близким людям, родственникам, друзьям, знакомым или коллегам. Как вариант – возможно обращение в полицию. В особо крайних случаях, женщины даже обращаются к журналистам.

Кризисные центры – это организации, которые работают над решением проблем насилия в отношении женщин и детей, включая физические, психологические, сексуальные, эмоциональные, экономические аспекты данной проблемы. К специализированным учреждениям социального обслуживания относятся:

- консультативно-профилактические центры (кризисные центры);

- центры социальной помощи семье и детям;

- социальные гостиницы для пострадавших от насилия (убежища).

- подходы к коррекции насильственного поведения, применяемого в семье.

Коррекционные подходы, основанные на теории привязанности, направлены на укрепление безопасных привязанностей между насильником и его близкими (партнер, дети, родители).

- Когнитивно – поведенческий подход заключается в обучении насильников новым моделям ненасильственного мышления и поведения.

- Феминистская модель коррекции построена на обучении мужчин относительно влияния социальных и культурных норм и на ресоциализации через привитие ненасильственных равных отношений с партнером.

- Для предотвращения отрицательных явлений в семье используется семейная терапия. Она предполагает терапевтическое воздействие на семью и работу с семьей, направленную на изменение ситуации в семье, которая привела к различного рода отклонениям. В семейно-центрированном подходе, предполагающем ориентацию на внутренние ресурсы семьи и направлена на формирование у населения семейных ценностей и социальной активности в отношении поддержания психосоциального благополучия семьи.

Задачи психологического консультирования женщин – «жертв» насилия включают:

- стабилизацию эмоционального состояния клиентки;
- исследование проблемы, выявление источников поддержки;
- организацию принятия решения об изменении ситуации (уход от супруга, временное или постоянное раздельное проживание, развод, сохранение статус-кво, переговоры с супругом, совершающим насильственные действия, использование посредничества, обращение в правоохранительные органы для защиты и т.д.) и составление плана действий.

Важной составной частью плана действий является «индивидуальный план безопасности». Разработка такого плана подразумевает:

- обсуждение круга лиц, к которым следует обращаться в случаях насилия (соседи, полиция, свидетели);
- определение убежища, где можно укрыться и получить необходимые для жизни средства (друзья, родственники, кризисные центры);
- мобилизацию необходимых ресурсов для экстренной эвакуации в случае насилия (документы, деньги, необходимые вещи, лекарства, детские игрушки);

- разработку плана превентивной сепарации детей в случае угрозы насилия с тем, чтобы они не стали средством шантажа клиента или объектом агрессии со стороны супруга.

Службы, в которые стоит обратиться, если вы находитесь в ситуации насилия:

1. Областной центр помощи семье и детям с кризисным отделением для женщин и детей, переживших насилие в семье (г. Богданович, Свердловская область), т. (34376) 2-13-76;
2. Центр помощи семье и детям Чкаловского района г. Екатеринбурга, т.(343) 227-40-50, (343) 227-54-01
3. Центр помощи семье и детям Верх-Исетского района г. Екатеринбурга, т. (343) 223-60-17
4. РОО Кризисный центр для женщин и детей, переживших насилие в семье «Екатерина», т. (343) 220-30-28, (343) 271-49-34
5. Горячая линия экстренной психологической помощи МЧС России т. 8(499)216-50-50
6. Телефон доверия в Екатеринбурге т. 8(343)371-03-03
7. Областной круглосуточный бесплатный телефон доверия психологической помощи т. 8(800)300-11-00
8. «Форпост» Центр социально-психологической помощи детям и молодежи т. +7 (343) 332-60-13

### **Рефлексия:**

-Была ли полезна вам организованная встреча?

-Узнали ли вы что- то новое, полезное для себя?

-Что вам наиболее запомнилось?

### **Список литературы:**

121. Алешина Ю. Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование.— Изд. 2-е. — М.: Независимая фирма «Класс», 2013. — 208 с.
122. Брайцева Е. А. Психологический климат в семье как индикатор супружеского насилия /Е. А. Брайцева /Вестник Нижегородского университета им. Н. И. Лобачевского: Серия социальной науки. Выпуск 3(8). Н. Новгород: Изд-во ННГУ, 2007.-С. 9-15.

123. Еремеев С. Г. Психологическое воздействие (насилие) как фактор противоправного поведения (на основе анализа УК РФ) Научно-практический журнал. Омск. Учредитель издания: Омская академия МВД России, 2011. - 54 с.
124. Психология поведения жертвы: Учебное пособие / Составитель В.Е.Христенко.- Ростов н/Д: Феникс, 2014. – 416с.
125. Технология социальной работы: Учебно-методическое пособие/ Сост.: Т.К. Сологубова, Е. В. Мартынова. – Новошахтинск, 2015. – 66с.
126. Фирсов М.В., Студенова Е.Г. Теория социальной работы: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛА ДОС, 2011.—432с

### Профилактическое мероприятие № 7

**Тема семинара:** Мой дом - моя крепость.

**Цель:** сформировать конструктивную позицию в решении вопросов, связанных с психологическим насилием в супружеских отношениях.

**Задачи:**

5. Актуализировать знания по проблеме психологического насилия.
6. Совместно разработать способы преодоления взаимодействия основанного на психологическом насилии.
7. Проработка навыков выхода из ситуации психологического насилия.

8. Актуализировать понятие семьи как ценность через создание семейной творческой работы.

**Оборудование:** карточки с проблемными ситуациями, листы бумаги, на которых изображены щиты, цветные карандаши.

**Временные рамки:** 120 мин

**Ход семинара:**

1. Вступительное слово.
2. Мини-лекция.
3. Работа с проблемными ситуациями.
4. Упражнение «Герб семьи».
5. Рефлексия.

**Вступительное слово.**

*-Здравствуйте! Очень приятно всех Вас видеть на нашем семинаре!*

*Тема нашего семинара «Мой дом - моя крепость». Наш семинар я хочу начать с притчи.*

Давным-давно жила семья, в которой было 100 человек, но не было между ними согласия. Устали они от ссор и раздоров. И вот решили члены семьи обратиться к мудрецу, чтобы он научил их жить дружно. Мудрец внимательно выслушал просителей и сказал: «Никто не научит вас жить счастливо, вы должны сами понять, что вам нужно для счастья, напишите, какой вы хотите видеть свою семью». Собралась эта огромная семья на семейный совет и решили они, чтобы семья была дружной, надо относиться друг к другу, придерживаясь качеств...(пауза)

*- Как вы думаете, о каких качествах говорили в семье?(Ответы супругов).*

Совершенно верно, семья строится на доверии и любви, на взаимоуважении и взаимопонимании. Всё это – составляющие крепкой

семьи. Создание крепкой семьи это труд - это умение уступать друг другу, идти на компромисс, заботиться о своих близких и уважать их мнение.

*-Чьими стараниями это достигается в ваших семьях? (Ответы супругов). Да, вы правы, основой крепкой семьи выступают гармоничные отношения супругов.*

*-Сегодня мы с вами постараемся разобраться в том, что же препятствует созданию крепкой семьи, а именно о способах противостояния психологическому насилию.*

#### **Мини-лекция**

Актуализация знаний.

*Для начала вспомним, как может проявляется психологическое насилие по отношению к партнеру?(Ответы супругов).*

Запугивание и угрозы, изоляция, унижение чувства собственного достоинства и чести (словесные оскорбления, деструктивная критика), игнорирование, манипуляция, доминирование.

*-Как вы считаете, какие факторы риска увеличивают шансы совершения психологического насилия? (Ответы супругов).*

Факторами риска, увеличивающими шансы совершения насилия женщинами, выступают: стрессовые условия жизни, антисоциальные и пограничные черты личности, злоупотребление алкоголем, конфликт с партнером, доминирование, негативная атрибуция событий и оправдание насилия.

Среди факторов, снижающих вероятность совершения насилия женщинами, были отмечены наличие навыков управления злостью и самоконтроля, а также вовлеченность в отношения с партнером.

Ученные отмечают, что многие, если не большинство мужей в душе убеждены, что последнее слово в принятии семейных решений всегда должно оставаться за ними просто потому, что они являются мужчинами.

Если супруги не могут прийти к согласию в споре, то мужчина полагает, что для него будет оправданным применение силы в качестве доказательства своей власти в доме – таким образом, он обеспечивает право на решающее слово.

Наиболее распространенными видами психологического насилия вне зависимости от пола супругов являются угроза нефизического наказания за несоблюдение требований, дистанцирование; словесные унижения, оскорбления, обзывания, отрицание прав и непризнание авторитета и ценности другого супруга; отказ в положительном подкреплении, эпизодическая снисходительность.

Вместе с тем мужья чаще «страдают» от чрезмерного контролирования со стороны своих жен, что проявляется в ревности; потребности знать, где супруг находится все время и с кем, обвинениях в том, что он проводит время с друзьями, стремление посмотреть на этих людей или познакомиться с ними; слежка.

Жены, в свою очередь, больше «страдают» от использования мужьями собственного привилегированного положения, что проявляется в требованиях подобострастия, отношении к супруге как к прислуге; сохранение за собой последнего «мужского» слова, следовании традиционной полоролевой позиции в пределах семьи, четком разделении ролей мужчины и женщины.

Основной формой психологического насилия, оказываемого со стороны женщин, становится - манипуляция. При манипуляции также как и в случае доминирования один из партнеров (манипулятор или подавитель) подчиняет чувства и действия другого партнера своим целям, планам и желаниям. Для манипулятора другой человек не является ценностью, он может быть лишь полезным, нужным, он – не цель, а средство.

### **Работа с проблемными ситуациями.**

Я попрошу выбрать на роль мужа и жены представителей разных пар, которые наглядно нам смогут разыграть проблемные ситуации. Остальных я попрошу поделиться на две группы. Задача первой группы прописать методы предотвращения психологического насилия, задача второй группы – методы выхода из ситуации психологического насилия. Раздаются ситуации.

Этап первый. Осуществляется проигрывание ситуации.



Героям задаются вопросы: каково вам было находиться в данной ситуации? Какие чувства вы испытывали, находясь в своей роли? Чтобы вам хотелось изменить при сложившихся обстоятельствах?

Этап второй.

Герои присоединяются к группам. Осуществляется мозговой штурм. Зачитываются предложенные решения. Обсуждение.

Рефлексия:

Какие из предложенных методов были более эффективны на ваш взгляд?

Возможно, ли не использовать насилие во взаимоотношениях?

*-Как вы считаете, на чем основаны равноправные отношения?*  
(Ответы супругов).

Для наглядности рассмотрим признаки равноправных отношений между супругами:

1.Откровенный диалог в основе которого должно быть осознанное понимание того, чего ты хочешь сам, понимание того, чего хочет партнер, и умение согласовать цели всех сторон взаимодействия; договор и права партнеров как результат сотрудничества

- открытые взаимоотношения,
- совместный поиск способов устранения возникших конфликтов,
- положительное отношение к изменениям,
- готовность к сотрудничеству.

2. Экономическое партнёрство – совместные решения экономических вопросов,

3. Разделённая ответственность:

- совместно оговоренное разделение труда,
- совместные решения в вопросах, касающихся семьи.

4. Родительская ответственность:

- разделение ответственности родителей,
- позитивное и ненасильственное отношение к детям.

5. Дружественные отношения:

– партнер чувствует себя в безопасной и дружелюбной ситуации, что бы он ни говорил или делал.

6. Уважение и почитание— признание ценности и значимости партнера и его мнения:

– уважение к позиции партнера,

– признание права партнера на особые чувства, мнения, действия и возможность иметь собственных друзей.

7. Доверие и поддержка:

– духовная поддержка и понимание,

– понимающее и примирительное умение слушать,

– поддержка целей, ставящихся партнером.

8. Ответственность:

— человек не может отвечать за других, но за свои действия в отношении другого человек несет полную ответственность.

– признание собственных ошибок.

11. Интерес к партнеру — то, что дает возможность видеть партнера, что - бы далее выстраивать с ним отношения.

12. Общая цель — связующее звено и сам предмет взаимодействия.

Упражнение «Герб семьи».

С давних пор люди составляют гербы своей семьи из разных символов, которые отражают в лаконичной форме жизненную философию, главную ценность семьи. Участникам в парах “муж – жена” предлагается нарисовать свой герб, это не обязательно должно быть что-то конкретное, может быть сочетание цветов, геометрических фигур, цветовых пятен и др.

В гербе можно увидеть силу и мощь рода, дерзание и вдохновение его отдельных членов, исследовать традиции и преемственность поколений. Герб олицетворяет верность дому и роду, ведет по выверенному веками пути созидания, дарует память о великих свершениях, предостерегает от ошибок и опасностей.

Пришло время и нам придумать герб и разместить их на свой щит. Ведущий раздает участникам игры листы бумаги, на которых изображен щит, цветные карандаши, мелки и фломастеры.

Рисование должно быть совместным. Изображение герба и девиза заставляют сконцентрироваться на главном и общем, что ценят в супруги, чем дорожат.

Мы держим в руках могучие средство защиты, источники силы и вдохновения – ваши гербы. В них – мудрость и прозорливость, личный опыт и опыт предыдущих поколений. В этих гербах отражены высота устремлений и жизненно важные ценности.

Рядом с гербом предлагается написать свой жизненный девиз. Девиз должен быть кратким и отражать суть жизненных устремлений, позиций, идею или цель семьи.

Рефлексия. Вопросы для обсуждения:

- Каковы ваши впечатления от этого упражнения?
- О чем побудило задуматься создание герба?
- Какие чувства вы испытываете во время рассказа о своём гербе, чем бы хотели поделиться друг с другом?

**Рефлексия:**

- Чем полезна именно для вас данная встреча?
- Что нового вы приобрели для себя?

Список литературы:

1. Богданович В. Н. Истории и метафоры в помощь ведущему тренинга. — СПб.: Издательство «Речь», 2010. — 224 с.
2. Сидоренко Е. В. Тренинг влияния и противостояния влиянию. — СПб.: Речь, 2014. — 256 с
3. Солнцева Н. В. Формула партнерства как основа взаимоотношений между членами семьи // Современные проблемы психологии семьи: феномены, методы, концепции. СПб. : Изд-во АНО «ИПП», 2009. Вып. 3. С. 64—69.
4. Уизерс Б. Управление конфликтом. — СПб.: Питер, 2004. — 174 с.

5. Хельве Казе. Насилие в близких отношениях. Методическое пособие. Таллинн, 2007.-39 с.

### Проблемные ситуации

#### Ситуация 1.

Супруги приобрели стиральную машинку, по инициативе мужа, оказавшись от услуги по установке стиральной машинки. Через два дня жена напомнила о необходимости подключения машинки.

М: - Давай не сегодня.

Ж: - Ты же сам отказался от установки, будь мужиком подключи!!!

М: - Уйди, я смотрю хоккей!

Ж: - Ты только и делаешь, что смотришь хоккей. Ты можешь хоть один раз сделать мужской поступок. Я одна везу весь дом на своих плечах! А у Маринке муж- мужчина так мужчина, все полки в доме прибил, жене шубу купил! Сидишь, дома и ничего не делаешь, от тебя никакого толку!

М: - Зачем тогда за меня замуж вышла!(выходит из аудитории)

Ж: - Говорила мне мама, что толку из тебя не выйдет! Жена продолжает громко оскорблять мужа.

#### Ситуация 2.

Муж, придя с работы, не говоря жене ни слова садиться за стол. Жена, молча, наложила мужу еды.

Муж, начав есть, отбросил ложку со словами: «Разве это можно есть? Само- то пробовала? Да ты вообще не умеешь готовить. Ты ужасная хозяйка. Поучилась бы у моей мамы! Тебе никогда с ней сравниться!»

Жена в слезах убегает.

Ситуация 3.

Муж в очередной раз поздно возвращается домой с работы.

Ж: - Где тебя носило?

М:- Я был на работе.

Ж: - Не ври мне!!! Я чувствую, ты был с другой женщиной.

М:- Ты мне надоела со своими подозрениями! Я тебе сказал уже, где я был!

Ж:- Ты трус! Не можешь правду даже сказать! Ты жалок!

М: - Ну- ка повтори, что ты сказала (агрессивно идет в ее сторону).

Ж: - Ты трус! (бросает тарелку в стену рядом с ним).

М: - Ты сумасшедшая! (уходит из дома).

## Профилактическое мероприятие № 8

**Тема практикума:** Гармоничные супружеские взаимоотношения – залог сохранения и укрепления семьи.

**Цель:** повысить компетентность супругов по вопросу семейно-брачных отношений.

**Задачи:**

5. Расширить представления о психологических аспектах супружеских отношений, ознакомить с критериями психологически здоровой семьи.
6. Ориентировать супругов на равноправие в супружеских отношениях.
7. Расширить знания об эффективных условиях построения межличностных отношений.
8. Акцентировать внимание на семье как ценности.

**Оборудование:** презентация, карточки «Классификация поведения в браке», стикеры, Листы А4, А3, цветные карандаши, ручки, спичные коробки.

**Временные рамки:** 120 мин

**Ход практикума:**

17. Вступительное слово.
18. Упражнение «Семья нужна человеку для...»
19. Мини-лекция.
20. Упражнение «Вариации на тему семейной жизни».
21. Упражнение «Дерево семейных ценностей».
22. Упражнение «Копилка идей по укреплению семьи»
23. Притча о спичке.

## **Вступительное слово**

*-Здравствуйте дорогие гости! Сегодня наше занятие мы посвятим одной из ценностей. О какой, именно, вам сейчас предстоит угадать. Данная ценность зашифрована в ребусе. (Ребус представлен на Слайд 1).*

– Правильно, сегодня на нашем занятии мы будем говорить о семье, о её значении в жизни каждого из нас. Всё начинается с семьи... А сейчас я предлагаю выполнить упражнение.

### **Слайд 2.**

#### **Упражнение «Семья нужна человеку для...»**

Продолжите фразу: «Семья нужна человеку для...». Ответы записываются на доске. Формулируются общие функции семьи.

Как сказал Л.Н.Толстой: «Счастлив тот, кто счастлив у себя дома».

Семья – это та крепость, те стены, за которыми мы чувствуем себя в безопасности. Каждый из вас, когда мы говорим о семье, вкладывает свой собственный смысл, что-то личное важное для него.

Сегодня вы с вами поговорим о понятии зрелой семьи и её специфике, выделим критерии психологически здоровой семьи, а так же о потребностях мужчин и женщин в браке.

## **Мини-лекция**

### **Слайд 3.**

Семья – это объединение нескольких личностей, у каждой из которых есть в жизни свои базисные ценности. Нередко именно непонимание того, что является важным для другого, становится источником конфликта, разрушает семейный очаг.

### **Слайд 4.**

По мнению Г. Навайтиса, можно обозначить следующие основные группы семейных потребностей:

- создание и поддержание материальных условий жизнедеятельности семьи;

- потребности в любви и опеке, связанные с материнством;
- потребность в психологической и физической близости;
- потребность в семейном общении.

*-Как вы считаете, чего ждут от семейной жизни мужчины и женщины?(Ответы супругов).*

### **Слайд 5.**

Уиллард Ф. Харли выделили потребности удовлетворение, которых обеспечивает стабильность брака.

Пять основных потребностей мужчины в браке:

- 1) половое удовлетворение,
- 2) спутник по отдыху,
- 3) привлекательная жена,
- 4) ведение домашнего хозяйства,
- 5) восхищение.

Пять основных потребностей женщины в браке:

- 1) нежность,
- 2) возможность поговорить,
- 3) честность и открытость,
- 4) финансовая поддержка,
- 5) посвященность семье.

- Как мы видим потребности мужчин и женщин в браке различны. Многие и не догадывались, что же на самом деле является важным для их вторых половинок.

*- Задумывались вы над тем, чего хочет ваш партнер? Как часто вы спрашивали, чего он хочет? (Ответы супругов).*

*-Предлагаю вам рассмотреть поведение партнеров в браке.*

### **Слайд 6.**

Сейгер предложил следующую классификацию поведения супругов в браке.

1. Равноправный партнер. Ожидает равных прав и обязанностей.



2. Романтический партнер. Ожидает душевного согласия, крепкой любви, сентиментален.
3. «Родительский партнер». С удовольствием заботится о другом, воспитывает его.
4. «Детский партнер». Привносит спонтанность в супружескую жизнь, непосредственность, радость, но одновременно приобретает власть над другим путем проявления слабости и беспомощности.
5. Рациональный партнер. Следит за проявлением эмоций, точно соблюдает права и обязанности. Ответственен и трезв в оценках.
6. Товарищеский партнер. Хочет быть соратником и ищет для себя такого же спутника. Не претендует на романтическую любовь и принимает как неизбежное тяготы семейной жизни.
7. Независимый партнер. Сохраняет в браке определенную дистанцию по отношению к своему партнеру.

*- Как вы считаете, какой из предложенных видов поведения является наиболее оптимальным для брачного союза? (Ответы супругов).*

*- Да вы правы, это конечно равноправные отношения. Ведь именно равноправные отношения - это союз двух уверенных в себе, самодоста -*

*точных*

*людей, которые принимают самые важные решения совместно*

*и свободны от давно устаревших стереотипов, таких как мужчина должен быть главным, в доме хозяином.*

Для достижения равноправных семейных отношений, каждый из супругов должен прилагать усилия, это работа обоих членов семьи, объединенных общим чувством и стремлением.

*-Как вы считаете, семья, где не удовлетворяются потребности супругов можно назвать психологически здоровой? Что же такое здоровая семья? (Ответы супругов).*

**Слайд 7.**

Под психологическим здоровьем семьи понимается интегральный показатель динамики жизненно важных для семьи функций, выражающая качественный аспект социально-психологических процессов, которые происходят в ней.

- *Как вы считаете, каковы критерии психологического здоровья семьи? (Ответы супругов).*

#### **Слайд 8.**

Основные критерии психологического здоровья семьи (по В.С. Торохтию)

##### **1. Сходство семейных ценностей.**

Совпадение, ориентационное единство взглядов, отношений членов семьи к общечеловеческим нормам, правилам, принципам формирования, развития и функционирования семьи как малой социальной группы.

##### **2. Функционально-ролевая согласованность.**

Представляет собой динамический показатель психологического здоровья семьи и отражает уровень развития таких социально-психологических механизмов внутрисемейного взаимодействия, как взаимопонимание, взаимопомощь, взаимодоверие, взаимотерпение между членами семьи.

##### **3. Социально-ролевая адекватность в семье.**

Обуславливается ролевой структурой семьи, которая в процессе ее жизнедеятельности, складывается более жесткой по сравнению с большинством малых групп. Она отражает уровень реализации межличностных, внутрисемейных ожиданий.

##### **4. Эмоциональная удовлетворенность.**

Показывает характер эмоционального принятия друг друга и уважение в семье. Именно высочайшая степень эмоциональной близости «пристрастное отношение» друг к другу составляет особое качество здоровой семьи.

##### **5. Адаптивность в микросоциальных отношениях.**

Характеризуется способностью прежде всего взрослых членов семьи приспосабливаться к социально-психологической атмосфере семьи после трудового дня.

6. Устремленность на семейное долголетие.

7. Идентичность и стабильность семьи.

*Семейную идентичность* - содержание ценностей, устремлений, экспектаций, тревог и проблем адаптации, разделяемых членами семьи или взаимодополняемых ими в процессе выполнения семейных ролей. Это эмоциональное и когнитивное «Мы» данной семьи.

*Стабильность семьи* - сохранение идентичности во времени, контроль над конфликтами и способность семьи к изменению и дальнейшему развитию.

#### **Слайд 9.**

8. Совместимость супругов в семье.

Под супружеской совместимостью понимают совместимость и взаимность чувств, совместимость характеров, темпераментов, общность интересов, представлений, взглядов, привычек, поведения.

Семейная совместимость как способность членов семьи согласовывать свои действия, оптимизировать взаимоотношения в различных областях и видах совместной деятельности образует много слоев.

1-й слой - физическая и психофизиологическая совместимость, предполагающая телесную совместимость, совместимость темпераментов, согласованность сенсомоторных действий.

2-й слой - сексуальная совместимость.

3-й слой - интеллектуальная совместимость

4-й слой - совместимость характеров

5-й слой - согласованность функционально-ролевых ожиданий

6-й слой - ценностно-ориентационное единство

7-й слой - личностная и социальная зрелость супругов

Упражнение «Вариации на тему семейной жизни»

- Сейчас я предлагаю вам вспомнить и рассказать ситуацию из семейной жизни, в которой ярко проявляется необходимость партнерского взаимодействия между мужем и женой.

Участники обсуждают ситуацию, а не поведение героев, пытаются прояснить проблематику рассказа. Затем группа разбивается на пары. Каждая из пар получает свой номер из приведенной ниже классификации партнерского поведения в браке (см. приложение).

В течение 5 минут каждая пара пробует разыграть обсуждаемую ранее ситуацию таким образом, чтобы один из партнеров вел себя в точном соответствии с ролью, заданной номером классификации, а второй свободно импровизировал. Зрители (или «эксперты») постараются определить, какому типу партнерских отношений соответствует поведение импровизирующего участника. Пары представят свои сцены одна за другой. Далее на доске записываются продемонстрированные ролевые комбинации и анализируются, в каком направлении развивались партнерские отношения в каждой из пар.

Рефлексия.

*Помогла ли работа над сценами или просмотр этюдов определить, какой тип поведения в браке свойственен лично вам?*

*Трудно ли было находиться вам в предложенных ролях?*

Мы уже упоминали, что общие ценности способствуют укреплению семьи. Так как ценности – это те идеалы, которые в семейной жизни трансформируются в самые прозаические действия, обыденные реакции. Они «руководят» нами в течение всего дня, проявляясь в самых обыденных, казалось бы, ситуациях.

Конфликт между принципами и усвоенными ценностями разных членов семьи ведет к ссорам, неудовлетворению семейной жизнью, к серьезным кризисам в коммуникации, во взаимопонимании, в нарушении ожиданий от партнера, к стиранию грани и путанице в исполнении семейных ролей...

- Чтобы впредь такой путаницы не возникало, предлагаю вам выполнить упражнение.

### **Слайд 10.**

**Упражнение «Дерево семейных ценностей».** Упражнение выполняется в парах (муж - жена).

Вам предлагается список ценностей, которые люди, как правило, отмечают в семейных тренингах как важные для совместной жизни. Просмотрите, пожалуйста, список. Если необходимо, – дополните его своими примерами.

После того как все ознакомились с ценностями и поработали над составлением списка. Супругов просят составить шкалу приоритетов: определить, какие ценности участники тренинга считают базовыми, какие – менее значимыми, а какие находятся вообще на периферии.

В заключение парам предлагается совместно на листе А3 изобразить большое дерево. Это – Дерево семейных ценностей. Супругов просят изобразить его таким образом, чтобы корнями стали ваши базовые, наиболее принципиальные ценности, ствол составили те ценности, которые менее важны, на ваш взгляд. Ну а на место ветвей – те ценности, которые важны, но не столь принципиальны для вас.

Рефлексия.

Какие выводы вы могли бы сделать по окончании своей работы над Древом семейных ценностей?

Легко ли было сделать выбор ценностей, подходящих именно к вашей семье?

Совпадало ли ваше мнение с мнением партнера в выборе ценностей?

Подумайте, как бы выглядело Дерево, если бы его изобразили другие члены вашей семьи?

### **Слайд 11.**

**Упражнение «Копилка идей по укреплению семьи»**

Все участники пишут на листке бумаги идею, которая, по их мнению, способствуют формированию гармоничных равноправных отношений между супругами и приклеивают к доске стикеры.

Затем ведущий по очереди озвучивает их и все вместе дают анализ (может ли такая идея оказаться успешной?). Идет обсуждение!

## **Слайд 12.**

Примерные идеи семейного благополучия:

*Семейные традиции.*

Возможно, это будет совместная прогулка по воскресеньям или особая манера отмечать праздничные даты, поход в кинотеатр по выходным или семейная прогулка по магазинам, - любые индивидуальные семейные традиции ведут к сплочению!

При этом важно следить, чтобы каждый член семьи (включая детей) получал удовольствие от совместного времяпрепровождения, не считая это за обязанность, действуя из искренних и светлых побуждений.

*Забота и доброта.*

Наладить отношения в семье можно, проявив чувства элементарной заботы о ближнем человеке. Не стоит упрекать других в их недостатках, попытавшись сконцентрироваться на достоинствах.

Добрые поступки, обращенные к ближним и родным людям, неподдельное внимание к их заботам и проблемам, - это то, что роднит многие и многие поколения.

*Принятия супруга таким, какой он есть.*

Попытки переделать члена семьи как личность, попытки подавить чужие взгляды и особенности характера, - это верный путь к развалу семьи. Человека стоит принять таким, как он есть, выслушав и поддержав в трудную минуту.

*Уважение.* Всегда, а в особенности в тяжелых ситуациях, помни, что именно этот человек самый близкий. Не нужно использовать «громкие» слова, оскорбления, шантаж при ссоре с партнером.

*Проявляйте внимание к супругу.*

Человеку важно чувствовать собственную значимость и заботу, получать понимание и поддержку в семейном кругу, знать, что о нем думают, его ждут, любят и уважают.

*Учись слушать и слышать супруга.*

*Общение.* Нужно обязательно делиться радостями и горестями, не держать переживания в себе. Общение способствует решению многих проблем. Большинство супругов утверждают, что именно общения в семье и не хватает.

*- Цикл наших занятий подходит к концу и мне бы хотелось рассказать вам притчу.*

## **Слайд 12.**

### **Притча о спичке**

Жила-была молодая семья. Они часто ссорились друг с другом. И решили они обратиться к мудрецу за помощью. Мудрец дал супругам коробок со спичками и сказал, что после каждой ссоры они должны ломать по спичке из этого коробка. И когда коробка будет пуст, то супругам, увы, придется расстаться. Супруги с того времени перестали ссориться, стараясь решить ситуацию во благо обоим. Надеюсь и наши встречи позволят вам в супружеской жизни решать насущные проблемы прислушиваясь друг к другу!

Сегодня я хочу подарить каждой паре коробок, в котором только одна спичка и хочу пожелать, чтобы она не была сломана никогда!

## **Слайд 13.**

Список литературы:

1. Ильин Е. П. Психология общения и межличностных отношений. — СПб.: Питер, 2009. — 576 с.: ил. — (Серия «Мастера психологии»).
2. Торохтий В. С. Психологическое здоровье семьи и пути его изучения // Вестн. психосоц. и коррекц.-реабилитацион. работы. - 2011. - №3. - С. 36-44.
3. Шапарь В.Б. Тренинг ведущих видов деятельности личности / В.Б. Шапарь и др. — Ростов н/Д: Феникс, 2007. — 365 с.
4. Шапарь В.Б. Двое в лодке. Тренинг семейных отношений. — Ростов н/Д: Феникс, 2012. - 384с.
5. Шнейдер Л. Б. Семейная психология: Учебное пособие для вузов. 2-е изд.- М.: Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2013-768с.
6. Эйдемиллер Э. Г., Юстицкис В. В. Психология и психотерапия семьи. 4-е изд.- СПб.: Питер, 2011. — 672 с.

**Карточки «Поведение супругов в браке»**

*Равноправный партнер:* ожидает равных прав и обязанностей.



*Романтический партнер:* ожидает душевного согласия, крепкой любви, сентиментален.

*«Родительский» партнер:* с удовольствием заботится о другом, воспитывает его.

*«Детский» партнер:* привносит в брак спонтанность, непосредственность и радость, но одновременно приобретает власть над другим путем проявления слабости и беспомощности.

*Рациональный партнер:* следит за проявлением эмоций, точно соблюдает права и обязанности. Ответственен, трезв в оценках.

*Товарищеский партнер:* хочет быть соратником и ищет для себя такого же спутника. Не претендует на романтическую любовь и принимает как неизбежное обычные тяготы семейной жизни.

*Независимый партнер:* сохраняет в браке определенную дистанцию по отношению к супругу.

Профилактическое мероприятие № 9  
Оформление на сайте школы раздела «Домашнее насилие»

**Тема профилактического мероприятия:** Психологическое насилие в семье.  
**Цель:** сконцентрировать внимание на проблеме психологического насилия в семье.

### **Задачи:**

1. Информирование о феномене психологического насилия и его влияние на семейные взаимоотношения.
2. Дать практические рекомендации по гармонизации супружеских взаимоотношений.

### **Публикуемый материал.**

Одной из острых проблем в современной психологии является проблема насилия, которая приобретает значительную распространенность во всех сферах жизнедеятельности человека. На сегодняшний день фокус внимания ученых обращен на феномен психологического насилия как первичного фактора дестабилизации семейной системы, а в последующем и как фактора семейного неблагополучия. Неумение выстроить адекватные взаимоотношения друг с другом, неподготовленность к определенному рода ситуациям, неизбежно возникающим даже в благополучных семьях, приводит к тому, что чаще всего в последнее время взаимоотношения в семье строятся по принципу насилия. Особенно это характерно для «молодых» семей, где мужчина, сталкиваясь с неприятной для себя ситуацией, идет по пути проявления агрессии по отношению к жене.

**Психологическое насилие** - это повторяющееся во времени, преднамеренное психологическое воздействие на структурные составляющие личности оппонента, в основе которого заложено принудительное действие, осуществляющееся через деструктивные формы влияния и влекущее к возникновению психологической травматизации.

Основой психологического насилия следует считать наличие при воздействии на кого-то принуждения. Ни плохое отношение, ни причинение вреда не являются безусловными признаками насилия, так как, во-первых, не всегда сопровождают принуждение и, во-вторых, не всегда расцениваются объектом воздействия как насилие (например, случаи проявления мазохизма). Также и взаимный обмен оскорблениями во время ссоры может рассматриваться в рамках абьюза (плохого отношения друг к другу).

Психологическое насилие выступает исходной формой, на основе которой возникают физическое и сексуальное насилие.

### **Виды психологического насилия.**

✓ Принуждение выражается в наложении не подлежащих обсуждению запретов и ограничений, а так же в отслеживании, в запугивании возможными негативными последствиями, в угрозе наказанием, а в наиболее грубых формах – физической расправой.

✓ Деструктивная критика подразумевает высказывание пренебрежительных или оскорбительных суждений о личности человека (например, высмеивание того, что критикуемый не в состоянии изменить: внешности, социального или национального происхождения, сексуального здоровья и др.) и/или грубое, агрессивное осуждение его дел и поступков.

✓ Игнорирование представляет собой умышленное невнимание, рассеянность по отношению к партнеру, его высказываниям и действиям. Чаще всего воспринимается как признак пренебрежения и неуважения, например, «игра в молчанку» с супругом из-за отсутствия денег по причине задержки его заработной платы («Ничего у тебя вечно не получается, даже денег заработать не можешь!»).

✓ Манипуляция является опасным процессом, в результате воздействия которого всегда есть пострадавшая сторона. Манипуляция-вид психологического воздействия, искусное исполнение которого ведет к скрытому возбуждению у другого человека намерений, не совпадающих с его актуально существующими желаниями.

✓ **Доминирование** – это отношение к другому человеку как к вещи или средству достижения своих целей, игнорирование его интересов и намерений.

✓ Эмоциональное воздействие:

- в эмоциональном подавлении жертвы, когда агрессор заставляет ее чувствовать себя неполноценной;
- заставляет думать, будто бы жертва сошла с ума;
- перестает с ней общаться и обращать на нее внимание;

- в использовании «тактики запугивания», когда мужчина заставляет женщину бояться его с помощью взглядов, действий, жестов;
- когда жертва боится смены настроения агрессора, его реакции; агрессор угрожает бросить жертву; угрожает попыткой самоубийства; угрожает забрать или изолировать детей и т.д.

**Факторы риска применения психологического насилия в супружеской диаде:**

- ✓ стрессовые условия жизни,
- ✓ антисоциальные и пограничные черты личности,
- ✓ злоупотребление алкоголем,
- ✓ конфликт с партнером,
- ✓ доминирование,
- ✓ Травматический насильственный опыт супругов в детстве.
- ✓ Отсутствие навыков конструктивного разрешения конфликтных ситуаций.
- ✓ Деструктивные коммуникационные стратегии.
- ✓ незрелость навыков управления гневом,
- ✓ негативная атрибуция событий и оправдание насилия.

**Чем опасно применение психологического насилия в семье?**

Отношение в семье, где имеет место супружеское психологическое насилие, развивается по кругу, повторяясь от раза к разу, проходя одни и те же стадии. Причем с течением времени этот круг имеет тенденцию сжиматься, т.е. насилие повторяется и совершается все чаще. Насилие становится предсказуемой моделью поведения. И если сначала акты насилия происходили раз в полгода, то впоследствии они могут совершаться каждый день.

Пострадавшему от насилия в семье очень тяжело признавать, что у нее дома идет война и, как следствие, его безнаказанность порождает все более страшные его формы, кроме того насильственные отношения между супругами могут стать моделью или образцом, на основе которых дети усваивают – насилие является приемлемым или эффективным средством разрешения конфликтов с другими людьми.

Говоря об опасности, которую представляет собой психологическое насилие в семье стоит сконцентрировать внимание на том, что даже если насильственные действия направлены только против одного человека, то все остальные члены семьи все равно оказываются подвержены «вторичной виктимизации», т.е. переживании свидетелями насилия тех же психологических последствий, что испытывает жертва.

Взаимоотношения в семье приобретают угнетенный характер: неудачи и ошибки скрываются, осуждаются, часто вспоминаются; отсутствует уважение к личным делам, интимным сторонам жизни, осуществляется тотальный подконтроль поведения; у «жертвы» появляется ощущение незащищенности, одиночества, переживание чувства вины, тревожности депрессии; воспитание детей происходит в условиях гиперконтроля, подчиненности.

#### **Последствия психологического насилия:**

- низкая самооценка;
- приверженность традиционным представлениям о семье, роли женщины в семье и обществе, «женском предназначении»;
- присвоение себе ответственности за действия обидчика;
- чувство вины и отрицание чувства гнева, которое они испытывают по отношению к обидчику;
- выраженные реакции на стресс и психофизиологические жалобы;
- вера в то, что сексуальные отношения могут стабилизировать отношения в целом;
- чувство беспомощности и неверие в то, что кто-то может им помочь;
- психологическая зависимость от партнера.

Нарушения, возникающие после непосредственного психологического насилия, затрагивают все уровни функционирования, что приводит к стойким личностным изменениям, формированию специфических супружеских отношений, особых жизненных сценариев. Результатом постоянного давления становится отказ от собственных установок и принятие установок

партнера. Психологический тиран разрушает личность жертвы, ломает ее установки.

### **Причины сохранения насильственных отношений:**

- ✓ причины социально-экономического порядка;
- ✓ надежда на изменение поведения партнера;
- ✓ страх одиночества;
- ✓ культурные и семейные ценности;
- ✓ личностные качества и деформация личности жертвы;
- ✓ неинформированность населения о существовании системы помощи.

### **Как распознать тирана?**

Типичные признаки агрессора:

1. Отсутствие способности к сочувствию. Неспособность понимать и принимать других людей, такими как они есть.
2. Позиция обвинителя. При возникновении проблем всегда обвиняет в этом другого.
3. Контролирующее поведение. Желает точно быть в курсе того, где жертва бывает, чем занимается, с кем встречается.
4. Следование жестким ролевым позициям. Твердые убеждения о том, каким должен быть «настоящий» мужчина и «настоящая» женщина. В случае необходимости готовность с помощью силы поставить партнёра в рамки, соответствующие собственным понятиям о правильном.
5. Недоверие. Неспособность доверять людям.
6. Повышенное чувство собственности. Предопределяет ревность. Жертва рассматривается как вещь, как собственность, не имеющая права на внесемейные отношения. Ревность направляется не только на возможных соперников/соперниц, но и на друзей или родственников.
7. Низкий уровень самоконтроля. Неспособность руководить своими эмоциями, легкая возбудимость, бурная реакция на мелочи.
8. Удовольствие от унижения других. В присутствии посторонних 'шутит' над партнером или делает замечания, ставящие жертву в неприятное или постыдное положение.

9. Надменное и высокомерное отношение. Относится к себе как к чему-то совершенно особенному, кому все дозволенно и чьи желания и капризы жертва должна беспрекословно выполнять.

10. Слабая рефлексия. Проявляется в неспособности анализировать поступки других людей и свои собственные.

#### **Рекомендации по гармонизации супружеских взаимоотношений:**

1. Старайтесь вступать в открытый диалог, который подразумевает осознанное понимание того, чего ты хочешь сам, понимание того, чего хочет партнер, и умение согласовать цели всех сторон взаимодействия; договор и права партнеров как результат сотрудничества
2. Стремитесь разделять ответственность, т. е. это совместно оговоренное разделение труда, принимайте совместные решения в вопросах, касающихся семьи.
3. Создайте семейный совет, на котором совместно решались проблемные вопросы семьи.
4. Учитесь управлять своими эмоциями. Умение спокойно и доброжелательно воспринимать критику – необходимое качество в совместной жизни. Но в супружестве особенно важно подчеркивать в первую очередь достоинства партнера, а потом в доброжелательной форме указывать на недостатки.
5. Создавать как можно больше семейных традиций, таких как семейное чтение, домашний театр, совместное творчество и т.д.
6. Проявляйте больше внимания к партнеру. Будьте заботливы, говорите приятные вещи, рассказывайте о своих чувствах.

#### **Список источников:**

127. Брайцева Е. А. Психологический климат в семье как индикатор супружеского насилия /Е. А. Брайцева /Вестник Нижегородского университета им. Н. И. Лобачевского: Серия социальной науки. Выпуск 3(8). Н. Новгород: Изд-во ННГУ, 2007.-С. 9-15.

128. Доценко Е. Л. Психология манипуляции: феномены, механизмы и защита. М.: ЧеРо, 2012. — 344 с.
129. Ильин Е. П. Насилие как психологический феномен. // Журнал Вестник Герценовского университета. 2013. №1. - С. 167-174.
130. Клёцина И. С. Психологическое насилие в гендерных межличностных отношениях: сущность, причины и последствия // Жизнь без насилия: материалы научнопрактического семинара «Домашнему насилию НЕТ» / под ред. С. Л. Акимовой. СПб. : Островитянин, 2009. С. 7—30.
131. Фурманов И. А. Эндогенные и экзогенные факторы эстафеты агрессии и насилия в семье / И.А. Фурманов // Психологический журнал. – 2011. – №2(18). – С. 9-14.
132. Хельве Казе. Насилие в близких отношениях. Методическое пособие. Таллинн, 2007. - 39 с.



# Плакат

# Брошюра

Консультативная работа с супружескими парами.

Первичное консультирование супругов

**Цель:** прояснить ситуацию в семье.

**Задачи:**

1. Установить контакт с клиентами.
2. Собрать информацию по проблеме (уточнение проблемы).
3. Сбор психологической информации о членах семьи.
4. Выявить и использовать положительные аспекты отношений.

Первичное интервью (возможна коррекция на усмотрение психолога с учетом направления по выявлению семейной проблематике).

Блоки вопросов, направленных на прояснение сложившейся ситуации в семье:

1. О составе семьи (Кто живет вместе в вашей квартире? В каких они родственных отношениях? Где живут остальные члены семьи? и т.п.)

2. Демографическая информация о семье (имена, пол, возраст, стаж брака, род занятий и образование членов семьи и т.д.)
3. О недавних событиях и переходах в жизненном цикле семьи (рождения, браки, разводы, проблемы с работой, и т.д.)
4. О значимых для семьи людях (друзьях, коллегах по работе, родственные отношения и т.д.)
5. О семейных ролях (Выполняют ли супруги и другие члены семьи определенные задачи, или роли в семье строго не определены? Кто из членов семьи любит проявлять о других заботу? А кто любит, когда о нем заботятся? Кто самый авторитетный? и т.д.)
6. О семейных взаимоотношениях (Как бы вы могли охарактеризовать ваши отношения с супругом? Как вы считаете, насколько эмоционально близкими друг другу чувствуют себя члены семьи? Как вы относитесь к успехам супруга? Что обычно происходит в семье вечером и в выходные? Проводят ли члены семьи время вместе, когда это возможно, или предпочитают заниматься своими делами? и т. д.)
7. О трудных для семьи темах (Все семьи имеют некоторые трудности. Какие типы несогласия есть в вашей семье? Как происходит обсуждение разногласий в семье? Как часто в семье происходят изменения? Как вы с ними справляетесь? Насколько часто меняются в семье правила? и т.д. переходя постепенно к циркулярным вопросам позволяющим обнаружить различия во взаимоотношениях с разными членами семьи и раскрыть семейные секреты и скрытые коалиции).
8. Совместный поиск новых способов поведения («Чего вы еще не делали, чтобы разрешить проблему? Как вели себя значимые для вас люди, если оказывались в сходной ситуации? Смогли бы вы так поступить?» или «Что поможет вам совершить такой же поступок?» и т. д.).

На данном этапе могут использоваться технологии создания помогающих отношений, разработанные в гуманистической психологии (К.Роджерс, Ф.Василук и др.). Доверительные отношения, создаваемые при

этом, порождают открытость, которая помогает каждому члену семьи высказать все, что у него на уме, и выразить свои подлинные чувства.

Так же, возможно использование различных техник, разработанных в поведенческой психологии. В частности, бихевиористская модификация «контрактной терапии», когда супруги договариваются вознаграждать друг друга за то поведение, которого они ожидают от партнера.

### Повторное консультирование

**Цель:** подготовить каждого из супругов к более глубокому контакту с партнером по браку с использованием его чувств и переживаний.

**Задачи:**

1. Планирование конкретных поведенческих шагов, направленных на изменение ситуации построения межличностных отношений супругов.
2. Отработка навыков конструктивного взаимодействия
3. Активизация саморефлексии отношений с партнером по браку.

Работа с супружеской парой при повторной консультации строиться по усмотрению психолога с учетом выявленной проблематики. Кроме того, осуществляется подбор и применение средств, которые позволяют создать условия, стимулирующие позитивные изменения в семейных отношениях и способствующие овладению способами продуктивного взаимодействия.

## Приложение 2

Данные математической обработки сравнения контрольных групп на конец исследования по критерию Т- Вилкоксона.

Таблица 27

*Результаты сравнения контрольной группы по критерию Т– Вилкоксона по «Шкале социальных репрезентаций психологического насилия в супружеских отношениях» на конец исследования*

Критерии	Т	Уровень значимости
Угроза физ. здоровью	19,50000	0,230025
Чрезмерноеконтролир. физ. свободы	16,50000	0,477197
Общая дестабилизация	104,0000	0,069378
Доминирование	75,00000	0,647471
Неадекватное разрешение супружеских конфликтов	42,50000	0,107509

Таблица 28

*Результаты сравнения контрольной группы по критерию T– Вилкоксона по «Шкале оценки психологического насилия в супружеских отношениях» на конец исследования*

Критерии	T	Уровень значимости
Преступное поведение	7,000000	0,123486
Запугивающее поведение	19,50000	0,230025
Дисфункциональное поведение	36,00000	0,097990

Таблица 29

*Результаты сравнения контрольной группы по критерию T – Вилкоксона по методике выявления характера взаимодействия супругов в конфликтной ситуации Ю. А. Алешиной, Л. Я. Гозмана, Е. М Дубовской на конец исследования*

Критерий	Отношения с родственниками и друзьями	Воспит. дет.	Проявление автономии	Нарушение рол.ожи д.	Расхождение норм поведения	Проявление доминирования одним из супругов	Проявление ревности	Разногласия в отношении к деньгам
По критериям активность и пассивность реакций								
T	6,000000	13,500000	2,500000	0,000000	12,000000	8,000000	18,000000	12,000000
Уровень значимости	0,685831	0,528613	0,361311	0,108810	0,735317	0,310495	0,182315	0,735317
По критериям позитивной и негативной реакций								
T	21,000000	36,000000	42,000000	45,000000	57,000000	6,000000	2,500000	3,500000
Уровень значимости	0,086861	0,055214	0,806766	0,637767	0,214538	0,685831	0,361311	0,142214

Таблица 30

*Результаты сравнение контрольной группы по критерию T –  
Вилкоксона по опроснику агрессивности А. Басса- А. Дарки на конец  
исследования*

Критерии	T	Уровень значимости
Косвенная агрессия	63,00000	0,068036
Раздражение	110,5000	0,121766
Негативизм	25,00000	0,798860
Обида	72,00000	0,130546
Подозрительность	46,00000	0,148793
Вербальная агрессия	72,00000	0,831310
Чувство вины	54,00000	0,098958

Таблица 31

*Результаты сравнение контрольной группы по критерию T –  
Вилкоксона по методике «Коммуникативная установка» В. Бойко на конец  
исследования*

Критерии	T	Уровень значимости
Завуалированная жестокость	83,50000	0,930592
Открытая жестокость	90,50000	0,052710
Брюзжание	43,50000	0,118252
Негативный личный опыт	1,500000	0,201244
Негативная коммуникативная установка	238,0000	0,626845

Таблица 32

*Результаты сравнение контрольной группы по критерию T –  
Вилкоксона по опроснику самооотношения В. В. Столин, С. Р. Пантелеевна конец исследования*

Критерии	T	Уровень значимости
Шкала S	26,00000	0,053475
Самоуважение	11,00000	0,050461
Аугосимпатия	37,00000	0,463072
Ожидаемое отношение от других	40,00000	0,700704
Самоинтереса	34,00000	0,078732
Самоуверенность	33,50000	0,132300
Отношение других	28,00000	0,878482
Самопринятие	50,00000	0,351980

Саморуководство	48,00000	0,495521
Самообвинение	26,00000	0,053475
Самопонимание	11,00000	0,050461

Таблица 33

*Результаты сравнение контрольной группы Т – Вилкоксона по цветовому тесту отношений А. М. Эткинда на конец исследования*

Критерии	Т	Уровень значимости
Отношение к себе	52,50000	0,150673
Отношение с супругу/е	9,000000	0,059337
Эмоциональное отвержение	0,00	0,108810
Коммуникативный контроль	11,00000	0,050461
Контроль свободы выбора	33,50000	0,132300
Эмоциональный шантаж	34,00000	0,078732
Ограничение свободы выбора	40,00000	0,700704
Необоснованная ревность	27,50000	0,208414
Унижение	83,00000	0,913301
Угроза наказания	26,00000	0,053475